翼の王国

ANA Inspiration of JAPAN | A STAR ALLIANCE MEMBER

11
ANA グループ機内誌
The Inflight Magazine
of ANA Group
November 2024
No.665

バンコクバーホッピング

自然とアート、富山で潤う

翼の流儀
整備担当者、
「航空業界初」への挑戦

Web「翼の王国」はこちらから

TSUBASA GLOBAL WINGS
click here! 点击这里!

ご自由にお持ち帰りください。

ともに挑む。ともに実る。
MIZUHO
さあ、未来を変えるファイナンスを。
未来を変えるのは簡単じゃない。
分析力がいる。創造力がいる。
粘り強い実行力がいる。
そしてファイナンスは、それを形にするための架け橋だ。
だから、刷新していこう。
社会におけるファイナンスの意味も価値も。
Sustainable BX Partner
みずほ証券
みずほ証券
Sustainable
BX Partner
特設サイトはこちら

11

2024
November
表紙／バンコク（写真／中島正男）

C O N T E N T S

翼の王国

写真／yOU（富山）

004 ごあいさつ

007 社員が見つけた! Local Premium通信

010 旅の出会い ザ・ロングトレイル／仲野太賀

014 松丸亮吾の謎解きde世界一周 サウジアラビア

016 オーランドの空の下で／国枝慎吾

019 雲の上の診察室／清水俊彦

特集 020 自然とアート、富山で潤う

036 花、旅、人 柿とサンキライ／赤井勝

038 快適な空だけの旅 新潟空港／パラダイス山元

特集 040 バンコク バーホッピング The Evolution of a Thriving Bar Scene

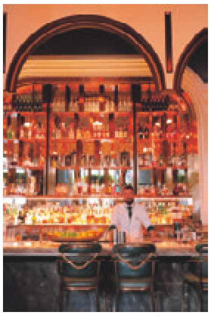
052 旅で潤う 秋田・新玉川温泉 日本一の強酸性の湯、天然岩盤浴で天の川を眺める／笹野美紀恵

054 ニッポン47妖怪さんぽ 神奈川「猫踊り」／森井ユカ

060 旅するお取り寄せ 山梨・甲斐／風間俊介

062 翼の流儀 A New Ambitious Story 整備担当者、「航空業界初」への挑戦

写真／中林香（秋田・新玉川温泉）



写真／中島正男（バンコク）

068 おべんとうの時間 三重・四日市／阿部了・阿部直美

072 偏愛日本プロジェクト 神奈川・三浦半島／白浜公平・野島慎一郎

074 ライト、フライト WOW!／山内マリコ

078 郵便飛行

079 アンケートご協力のお願い／バックナンバー販売のお知らせ

080 翼ニッポン探訪

082 ANA GROUP INFORMATION

094 ANA STORE@SKY案内、国際線機内販売 商品ラインアップ

102 機内オーディオ/ビデオ番組案内

104 ANAグループ航路図

翼の王国　No.665 2024年 11月1日　発行：ANA『翼の王国』編集部　〒105-7140　東京都港区東新橋1-5-2　発行人：全日本空輸株式会社　制作：株式会社 光文社
編集統括：田邉浩司　編集人：二村勉史　スーパーバイザー：山下マヌー　編集：中野桜子、山下美咲、仲本剛、服部広子、小嶋美樹、高田真莉絵、藤沢緑彩、斉藤素子
デザイン：カメガイデザインオフィス／松澤順一郎、石川直美　スタジオギブ／山本雅一、野崎二郎、近藤礼彦
トリムデザイン／塚原敬史　attik／橘田浩志　横山希　編集協力：株式会社キャストネット／川元賢司、所裕子　翻訳：KPS　印刷：共同印刷株式会社
【記事に関するお問い合わせ】株式会社 光文社　tel 03-5395-8150
【広告に関するお問い合わせ】ANA X株式会社　ライフサービス事業推進部　ml_notice_anamedia@ana-x.co.jp

©All Nippon Airways／Kobunsha2024　本誌掲載の写真・記事の無断転載および複写を禁じます。本誌に記載されている価格はすべて税込み価格です。

◉毎月1日以降に表紙や各ページのQRコードからリンク先への遷移が可能になります。

全日本空輸株式会社
代表取締役社長
井上慎一

大津絵との出会い

機窓から見える空もすっきりと澄み渡り、日ごと秋の深まりを強く感じる今日このごろ、皆さまはいかがお過ごしでしょうか。

今月3日の「文化の日」に表されるように私たちの国では長らく、秋は芸術、文化に親しむ季節とされてきました。きっと、お客様のなかには今まさに、文化的体験や名画鑑賞などアートを目的とした秋の旅のまっただなか……そんなかたが、大勢いらっしゃるのではないでしょうか。

私自身、たくさんの気づきをもたらしてくれるアートに触れる旅、芸術作品にインスパイアされる旅は大好きです。小学6年生のとき、初めて訪問した国立西洋美術館。目にしたロダンの彫刻に震えるほどの感動を覚えました。学生時代は奈良や京都をひとり巡っては、天平や平安の文化、芸術の素晴らしさを目(ま)の当たりにしました。社会人となった現在も、出張などで訪問する国内外の街々で、なんとか時間をやりくりしては美術館や博物館に足を延ばし、絵画や彫刻作品が語りかけてくれる言葉に耳を澄まし、自らを顧みたり、一歩を踏み出す力とさせていただいております。

そして、現代を生きる私たちと同じように、昔の人たちもまた、芸術や文化を欲する気持ちを抱いていたことを感じます。

皆さまは「大津絵」というものをご存じですか？

江戸時代、現在の滋賀県にあたる近江(おうみ)地方の、市井(しせい)の多くの名もなき絵師たちが描いていたという民画、それが大津絵です。そもそもは仏画として描かれ始めたようですが、やがては庶民の日常を描いた風俗画や、ユーモアたっぷりの戯画や風刺画の要素が取り入れられ、江戸時代も後期になると土産物や護符として、東海道を往来する旅人たちにたいへんな人気を博したといわれています。かのシーボルトやピカソも好んで大津絵を手元に置くなど、西洋でも早くから注目を集めてきました。近年もフランス・パリで大規模な展覧会が開催されています……と、なにやら臆面もなくつらつらと解説させていただきましたが、じつは私、つい最近まで、この大津絵というものを存じ上げませんでした。私にこの民衆が愛した民画のことをご教授くだ

→目次に戻る

「傘さす女」。洋画家の梅原龍三郎や民藝運動の柳宗悦が魅了された大津絵の逸品（協力：日動画廊）

さったのは、日本で最も歴史ある洋画商「日動画廊」の長谷川徳七社長・智恵子副社長でした。

テーブルの上に並べられた実物の大津絵を眺めながら「わが国の芸術、文化、そのレベルの高さの証左ともいえる存在で、外国ではこのようなものはまず見かけません」と長谷川社長は教えてくださいました。曰く、大津絵を描いていた数多の無名の絵師たちという広い裾野こそが、同時代の高名な浮世絵師はもちろん、その後の東山魁夷や上村松園といった、世界と比肩し得る日本美術の頂点に立つ才能を数多く輩出する土壌になった、というのです。長谷川社長の言葉を聞きながら、私は思いました。その広い裾野の礎にあるもの、それは、この大津絵を求めた旅人たちのように、数百年の昔からアートを愛した私たちの先達がいたという事実です。美しいものに対するリスペクトの気持ちを、旅の道中ですらも常に具有できた日本人の高い精神性こそが、日本の芸術、文化を高みに押し上げていったのではないだろうか。そして、それはきっと、現代を生きる皆さまの心にも……そんなふうに思えたのです。

旅のきっかけになるものは、人それぞれにあるものですが、きっと、アートもその一つだと私は思います。ANAではこれからも皆さまに、芸術、文化をはじめとしたさまざまな旅のきっかけを、ご提供していきたいと思っています。

今月も、皆さまのご搭乗を、社員一同心よりお待ちしております。

「鬼の念仏」。大津絵初期の人気作品。子どもの夜泣き除けの護符として用いられたという（協力：日動画廊）

中世日本の傑作 益田を味わう －地方の時代に輝き再び－

日本遺産のまち

中世、山陰の西端にある益田では、東アジアをめぐる国際的な交易で繁栄し、独自の中世文化が花開きました。

「中世日本の傑作」として日本遺産に登録されている益田。街には随所に中世の人々の息吹が残っています。

益田市

全国山城サミット

「全国山城サミット」が、11月16日(土)・17日(日)に島根県益田市で開催されます。シンポジウム、国史跡の七尾城跡や周辺施設の見学、日本遺産をめぐるスタンプラリーなど様々なイベントが行われます。

萩・石見空港

島根県の西の玄関口「萩・石見空港」は、東京から90分！第1土曜日・第3日曜日は、柴犬（益田市が発祥の地）、第2・第4土曜日は石見神楽が皆さまをお出迎えいたします。

お問合せ

益田の歴史文化を活かした観光拠点づくり実行委員会（一般社団法人 益田市観光協会）
TEL 0856-22-7120 受付時間 9:00-17:30（12月29日～1月3日を除く）
益田市観光協会HP ▶

ANAに乗ってきんさい!!

マツダレンタカー広島のガソリン代がお得！

対象期間 2024.11/15㊎ ▼ 2025.1/31㊎ 搭乗分

東京（羽田）⟷広島線をANA便で往復し、マツダレンタカー広島でレンタカー代12,720円（税込）以上のご利用で

ガソリン代 最大5,000円（税込）分をサービス！

キャンペーンの詳細はこちら
航空券のご予約はこちら
レンタカーのご予約はこちら

キャンペーン事務局 広島国際空港（株）航空営業部 TEL：0848-86-8163（平日9時～17時）

hiap 広島国際空港株式会社 Hiroshima International Airport
ANA
mazda マツダレンタカー広島

社員が見つけた！ Local Premium 通信 vol.25

絶品フードに美食レストラン、
隠れた絶景から伝統を受け継ぐ逸品まで……。
世界各国・日本各地を飛び回る ANAグループ社員が
“ちょっと特別”な口コミ情報をお届けします。

国内編

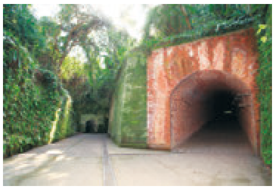
神奈川県横須賀・三浦特集

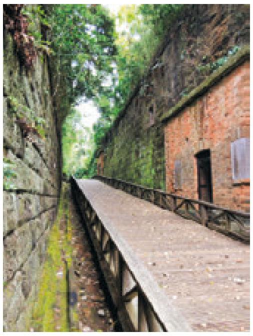
「ANAウインドサーフィンワールドカップ
横須賀・三浦大会」（11月8日～12日）開催記念！

探検気分を味わうこともできる 東京湾に浮かぶ小さな無人島

明治時代からの砲台跡が史跡に指定され、歴史遺産としても貴重な猿島は、横須賀市にある三笠ターミナルから約10分の船旅で到着し、徒歩で一周60分ほどで回れる小さな無人島です。夏にはBBQを楽しむこともできますが、私のおすすめは、探検気分を味わうことのできる緑深い木々とレンガ積みのトンネルの光景。また、猿島と陸地を舞台にした地域芸術祭「SENSE ISLAND / LAND -感覚の島と感覚の地 2024 -」も12月15日まで開催中ですので、ぜひこの機会に訪れてみてください。

山口 愛弓／やまぐち あゆみ　「ANAあきんど」で地域創生業務を担当。趣味は国内旅行。仕事で得た地域情報を実際に自分の足で訪れて各地の魅力を肌で感じることが好き。





選手たちからも愛される オーシャンフロントのカフェ

横須賀市の津久井浜海岸にあり、来年で20周年を迎えるカフェ『Dessert & Cafe Blue Moon』がお気に入りです。オーシャンフロントの絶景のなか、すべて手作りされている体にも優しいパンケーキなどのスイーツが絶品。他にも天然酵母のバンズにこだわったチリビーンズチーズバーガー、タコライスなどをいただくこともできます。「ANA ウインドサーフィンワールドカップ」期間中には出場選手たちが来店することもあるそうなので、タイミングが合えば、世界のトッププロと会えるかもしれませんよ。

加藤 恵美／かとう めぐみ　「皆様にANA便に乗って各地へお出かけいただき、日本を元気にしたい」という思いから地域創生業務を担当。趣味は旅先でその土地の美味しいものを食べること。

「関東で唯一」ともいわれる 貴重な生態系が残る広大な森

三浦半島の先端にある相模湾に面した約70ヘクタールの「小網代（こあじろ）の森」は、手つかずの自然が残る広大な森です。中央を流れる「浦の川」の集水域として森林、湿地、干潟が海まで連続しており、貴重な生態系が自然のままに残っている関東で唯一の場所だともいわれています。森には散策路が整備されているので、アカテガニをはじめとした希少な生き物たちを間近に見ることもできます。ぜひ心地よい海風と緑、生き物たちの息吹を感じに、散策に訪れてみてください。

野田 光太郎／のだ こうたろう　地域創生事業の推進に向けて日々奮闘中。今年3月までは大阪の某テレビ局に出向していた経歴も。3人の子どもたちの育児と毎週末のサッカー観戦が生きがい。

羽田~3都市へ、新規就航! 国際線就航都市数 日本No.1 ※2025年3月29日までの日本発着の国際線就航都市数(2024年8月末時点/自社調べ)

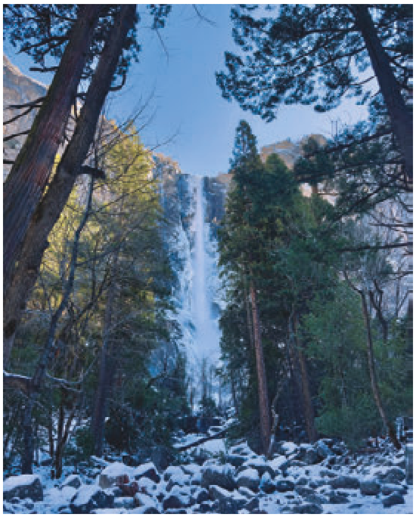
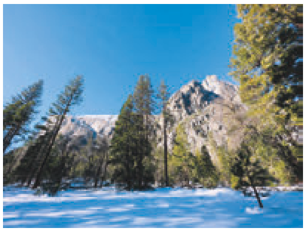
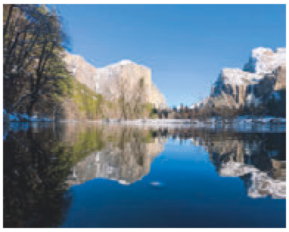
→目次に戻る

社員が見つけた!
Local Premium 通信 vol.25

海外編

ヨセミテ国立公園の圧巻の冬の絶景

アメリカ・カリフォルニア

カリフォルニア州の中央部にあるヨセミテ国立公園は、一年を通して美しい景観を楽しめる人気の観光地ですが、私のおすすめは雪化粧を施された姿がとても美しい厳冬の時期です。道中でも樹氷など美しい景色を見ることができるのですが、ヨセミテの象徴ともいえる巨大な岩山・ハーフドームとエルキャピタンは、ぜひふもとまで行って見上げてみてください。滝も凍りつくほどの寒さのなか、滝の音と氷が動く音が同時に楽しめる珍しい現象に遭遇したこともあります。

青木 佑介／あおき ゆうすけ　B787型式機の機長のスケジュール作成やB787型式機に関わる細かな調整などを担当。趣味は旅行と車で、特に雪国が大好き。

自分好みの中国茶と茶器に出会える市場

中国・上海

上海には中国茶の市場がいくつもあるのですが「天山茶城」という市場が大好きです。私が上海に住んでいた頃は、ここで買ったお茶を保温ボトルに入れて毎日、持ち歩いていました。どのお茶がいいのか迷った際には試飲も可能で、一部の店舗では日本語も通じるので観光客でも安心です。「菊花茶（ジューフアーチャ）」という、優しい菊の香りと味わいが癖になる中国茶が特にお気に入り。茶器の店もあるので、お茶だけでなく茶器探しも楽しむことができます。

轟 真梨子／とどろき まりこ　SA（スタッフアドバイザー）として、客室乗務員と事業開発部での内勤を兼任。オフィスでは主に新規事業の営業を担当。２年間の上海在住経験がある。

40万人が訪れる日本フェスティバル

ベトナム・ホーチミン

ホーチミンにある「9月23日公園」で毎年開催されている「ジャパンベトナムフェスティバル」をご存じでしょうか？　日本の食や文化、観光名所などが紹介されるイベントで、今年 3月に行われた際には約250ものブースが集結。延べ 40万人もの人が来場した大人気イベントです。本物の雪が舞い散る凝った演出のエリアや盆踊りイベントなど、地元の方はもちろん、観光客が来場しても一日めいっぱい楽しめます。次回は2025年3月8日、9日に開催予定。ベトナム観光とあわせて足を運んでみてはいかがでしょう。

写真：ジャパン ベトナム フェスティバル 実行委員会

木下 かすみ／きのした かすみ　グローバルマーケティング部に所属し、インバウンド促進や社外とのコラボレーションを担当。趣味は旅行とダイビング。

旅の出会い

アメリカ／ザ・ロングトレイル

Vol.8 写真・案内人
仲野太賀

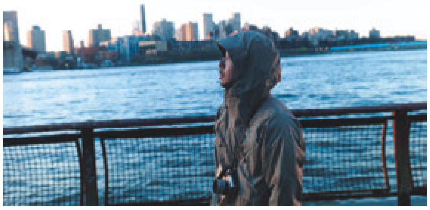
世界を巡る才人が旅先で出会った、
忘れえぬ光景を綴る。
今回は話題作出演が目白押しの、
この俳優

写真家の阿部裕介さんと演出家の上出遼平さん、親しくさせていただいている先輩2人と、今年の初め「一緒に旅に行こうよ」と盛り上がり「MPC＝Midnight Pizza Club」というチームを組みました。名前の由来はそのとき、たまたま僕たちが深夜のピザ店にいたから。3人とも、旅とピザが大好きなんです。

2月にはネパールのランタン谷を歩き、次いで東京都の最高峰・雲取山に登山。そして、4月。第3弾として向かったのが「ザ・ロングトレイル」でした。

ザ・ロングトレイルは、バーモント州を南北に貫くアメリカ最古のトレイル（未舗装の山道）。全長272マイル（約437㎞）と、その名の通りとてつもなく長いトレイルで、さすがに踏破するのは難しいので、7日間ほどかけてその一部を歩くというのが、今回のMPCの旅程でした。

しかし、山に入ってすぐ、その目論見は崩れました。4月だというのに、山の中には想定外の雪が、たんまり残っていたのです。夜はトレイル上にあるシェルター（山小屋）泊の予定でしたが、雪に阻まれ初日から最初のシェルターに



着けない、そんな状況で、しかたなく3日目にいったん下山。街に戻り仕切り直して、もう一度トレイルに。しかし、事態はまったく好転しませんでした。

10時間歩いて、シェルターで暖と食事をとり、また数時間歩いてシェルターで眠って……最終的には腰の高さまで積もった雪のなか、文字通りもがき続ける、そんな“苦行”を（途中1日は街に下りましたが）7日間続けましたが、目標としていた距離の半分も歩くことはできませんでした。

本来ならここで、トレイルで出会った絶景の写真を皆さんにお届けしたかったのですが、僕的な旅のハイライトは……やっぱりピザなんです。山を下り、ほうほうのていで、辿り着いた場所、それがピザ屋だったんです。「ここまで来て、またピザ！」と、3人で顔を見合わせ、笑いました。

カロリーを使い果たし、肉体的にも精神的にも削ぎ落とされた状態で口にした熱々のピザの味は、これまで食べたどんなものよりも美味しかった。やっぱりピザ、サイコー！

→目次に戻る

Midnight Pizza Club

上出遼平・仲野太賀・阿部裕介により結成。2024年12月12日(木)に、ネパールでの３人旅を写真と文章で綴る旅本『Midnight Pizza Club 1st blaze』を講談社より刊行予定。来春には続編としてニューヨーク＆アパラチアントレイルを舞台とした『Midnight Pizza Club 2nd blaze』の刊行を目指している。Audibleにて旅の記憶を音と辿るコンテンツ配信も予定。

Profile

東京都出身。2006年、13歳で芸能界入り。2024年はNHK連続テレビ小説『虎に翼』、フジテレビ『新宿野戦病院』など話題作への出演が相次いだ。2026年のNHK大河ドラマ『豊臣兄弟!』主演も決定している。

謎解き de 世界一周 26

松丸亮吾&謎解きクリエイター集団RIDDLER（リドラ）がナビゲート

松丸亮吾：東京大学に入学以後、さまざまな分野で一大ブームを巻き起こす「謎解き」の仕掛け人。「考えることの楽しさ」を広めるべく東大発の謎解きクリエイター集団 RIDDLERを立ち上げ、仲間とともにあらゆるメディアに謎解きを仕掛ける。

第 26 回の旅行先はサウジアラビア！
サウジアラビアは世界最大の半島、アラビア半島の大半を占める国だ。イスラム教発祥の地で、メッカとメディナという2大聖地もサウジアラビア国内にあるよ。そのこともあって、文化や生活にイスラム教が深く根付いているんだ。豚肉やお酒が禁止されているのも、イスラム教の教えでそれらが禁じられているからなんだ。
さて、ここではそんなサウジアラビアをテーマにした問題を2問出題しよう。謎解きの旅に出発だ！

NAZOTOKI 1問目 サウジアラビアでよく飲まれるコーヒーには、日本のものとは異なるある特徴があるんだ。それは何かな？

難易度 ★★★☆☆

ヒント 上のイラストは「ブロック」「きり」、「きって」「いろり」だよ。「L」は「リットル」を表しているんだ。

→目次に戻る

NAZOTOKI 2問目

イスラム教の聖地、メッカの周囲には、ある施設がたくさんある。それはなにかな？

難易度 ★★★★☆

ヒント
まずは迷路を解こう。赤い字の間を読むときは、中心にあるイラストも一緒に読むのがポイントだよ。

NEWS

松丸亮吾塾長のひらめき学習塾 リドラボ開校中！

リドラボは、これからの時代に必要な「地頭力」を育てることに特化した、小学生のための“ひらめき学習塾”です。東京大学・藤本徹准教授による監修のもと、謎解きを応用して開発した“ひらめき学習プログラム”を中心に設計しています。

謎解きのように夢中で楽しむうちに考えること自体が好きになり、自然と地頭力も育っていく、そんな学びを大切にする教室です。「考えることって楽しい！」と心から感じてもらえるようなカリキュラムを用意して、皆さんをお待ちしています。

リドラボの詳細・体験予約は　リドラボ

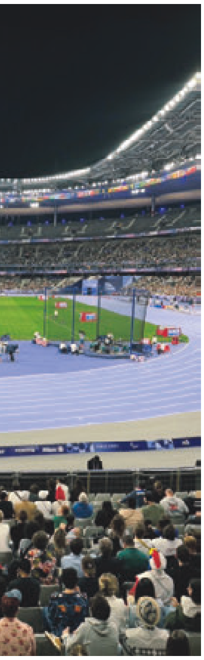
解答は93ページに掲載しています

オーランドの空の下で

moved from Jan.2024

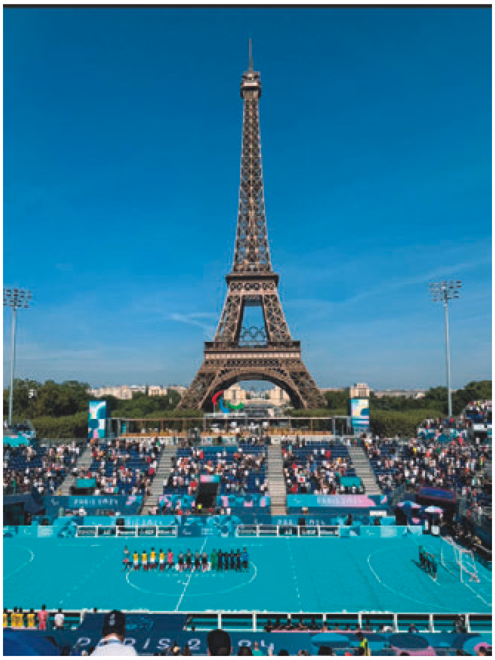
VOL.5

写真・文　国枝慎吾



今年1月、アメリカ・フロリダ州に拠点を移した私は、「翼の王国」の7月号から、日々の暮らしなどを綴るフォト・エッセイ「オーランドの空の下で」を連載してきました。しかし、今回は少々、趣向を変えさせてください。というのも9月、私はパラリンピック・パリ大会の熱戦をつぶさに目撃しリポートするため、オーランドから7千キロ以上も離れた大西洋の対岸に身を置いていたから。そこで、今回は特別編をお送りします。題して「ローラン・ギャロスの空の下で」──。

成功裡に終わったパリ大会。国際パラリンピック委員会のパーソンズ会長は大会を総括し「信じられない2週間だった」と話しました。私も同感です。目の当たりに



した競技レベルの高さ、肌で感じた観客の熱狂、紛れもなく史上最高のパラリンピックでした。

日本の選手たちも、金メダルを14個も獲得するなど大活躍。車いすテニスでは男子シングルスで小田凱人選手が、女子シングルスでは上地結衣選手がそれぞれ金メダルを勝ち取るなど、出場した8選手全員が感動的なプレーを見せてくれました。

なかでも、小田選手……、圧倒的なパワーを持つ彼は、車いすテニスという競技そのもののスケールを、ひと回り大きくしたと思います。今後は彼が、一つの基準になっていくはずです。ライバルたちは彼のパワーに対抗、対応しなければ、頂点を目指すことができなくなるからです。この先5年、10年と、小田選手やライバルたちが、車いすテニスをどこまで引き上げてくれるのか、とても楽しみです。

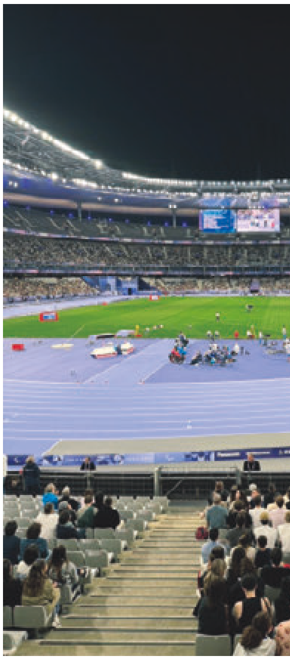
幸運にも私が金メダルを獲得できた前回の東京大会では、車いすテニスがどんなスポーツなのかということを、それまでご存じなかった多くの方々にお伝えすることができたと実感しました。言うなれば「ゼロ→認知」、その部分には、少しは貢献できたと自負しています。次なるステージは「認知→人気」。これまで以上に大勢の観客が会場に詰めかけ、また、さまざまな障がいを抱える人たちがスポーツをもっと楽しめる、そんな社会を目指すためにも、小田選手たちに寄せる私の期待は、とても大きいのです。そして、この頼もしい後輩たちならきっとやってくれるはず……、そんなことを、私はローラン・ギャロスの実況席でぼんやりと考えていました。

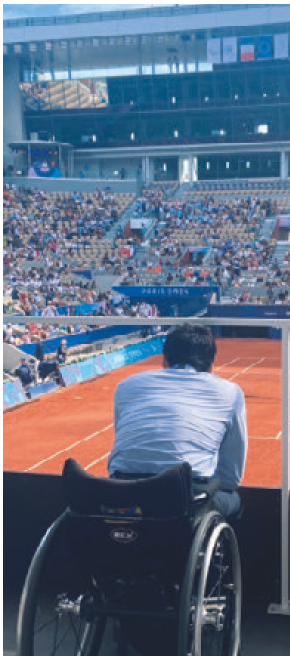
しかし同時に、強烈なジェラシーを抱いてもいたのです。どうしても、無観客開催された東京大会と比べてしまって……。正直なことを言えば、割れんばかりの歓声と拍手のなかプレーできた後輩たちが、本当に羨ましくて仕方なかったのです。

PROFILE

国枝慎吾

脊髄腫瘍のため9歳から車いす生活となり、11歳で車いすテニスと出会う。四大大会とパラリンピックを制覇する「生涯ゴールデンスラム」を達成。23年1月、世界ランキング1位のまま引退。





 2016年よりスポンサーシップ契約を結んでいるANAは国枝さんの新しい挑戦をさらに応援し続けます。

→目次に戻る

「翼の王国」の楽しみ方のご案内

「翼の王国」では、お客様のシーンに合わせた様々な楽しみ方をご用意しております。

ご搭乗前

〈ANAアプリ〉からデジタル版を楽しむ！

ご自身のデジタル端末の「ANA公式モバイルアプリ」から「翼の王国」をダウンロードして、ご搭乗前でも「翼の王国」をお楽しみいただけます。

※冊子形式で最新号やバックナンバーを閲覧いただけます

「ANA」アプリのダウンロードはこちらから

機内

〈冊子〉を楽しむ！

機内で紙の冊子を読みながら、ゆっくりとした時間をお過ごしください。
持ち帰って旅先のお土産としてもお楽しみいただけます。

※冊子をご希望の方は、機内の客室乗務員にお知らせください

〈個人用シートモニター〉や〈機内Wi-Fi・エンターテインメント〉からデジタル版を楽しむ！

個人用シートモニター搭載機や、機内Wi-Fi·エンターテインメント対応機では、機内でもデジタル版をお楽しみいただけます。

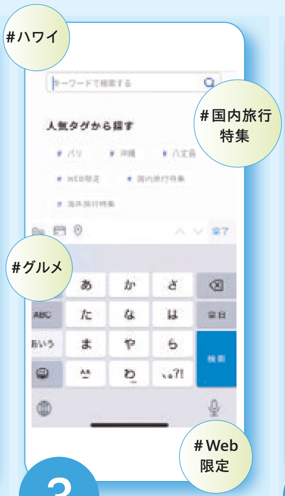
ご搭乗後／日常

〈Web版〉を楽しむ！

2022年10月よりWeb版も開始しています。最新号やバックナンバーをご覧いただけるほか、Web版だけのお楽しみもご用意しております。
ANA便にご搭乗のない月でもお楽しみいただけます。

1 「翼の王国」取材の裏側や、Web限定のオリジナル記事を楽しむ

2 旅特集の動画を楽しむ



3 好きなワードやタグで過去の記事も検索して楽しむ

4 記事に掲載された気になるお店や観光地情報をチェックして、次の旅の参考にする

Web「翼の王国」はこちらから https://tsubasa.ana.co.jp/

目次に戻る

No. 006

雲の上の診察室

脳神経外科医・清水俊彦

色と脳のフシギな関係

こんにちは。今月も頭痛専門医の「雲の上の診察室」にようこそ。当連載ではこれまで、南の島の強い日差しなど、目に飛び込んでくる刺激と脳の関係についてお伝えしてきました。今回は、同じように視覚と脳を大いに刺激する可能性のある、「色」のお話をしたいと思います。

私の頭痛外来を訪れる患者さんたちの多くは、赤や黄、また蛍光色といった、いわゆる派手な色の服を着ることを自ずと避けています。なぜなら、このような強烈な色は、脳のスクリーンにあたる後頭葉の視覚野を刺激し、頭痛を誘発する可能性があるからです。よって、多くの患者さんたちは、モノトーンや淡い色の服を好んで身に着けているようです。

ただし、モノトーンはモノトーンでも、白色と黒色の強いコントラストには、やはり視覚野が過敏に反応することが知られています。

チェスのボードのような市松模様や千鳥格子など、白、黒、白、黒が連続する柄を目にしていると、過敏な脳の持ち主はチカチカと目の前に光が走るように感じ、やがては頭が痛くなってしまう。患者さんのなかには、横断歩道の縞模様や、白いページに黒い文字がずらりと並ぶ一般的な本のページを眺めているだけで、頭痛が引き起こされたことがある、そう訴える人もいるほどなのです。

その点、青色を基調としているＡＮＡ、その機内のデザインなどは、脳に優しい色使いと言えるでしょう。そして、これは若干、手前味噌な話になってしまいますが、白いページに青い文字色のこの「雲の上の診察室」も、過敏な脳に配慮した配色です。

日ごろ、頭痛に悩まされているという皆さまも、どうぞ安心して私の連載を、そしてＡＮＡの空の旅を、お楽しみいただければと思います。

笑顔になる処方箋

強いコントラストはNG、淡い色使いを心がけましょう

しみず・としひこ　脳神経外科医。医学博士。1958年、京都府生まれ。日本医科大学医学部卒業、東京女子医科大学大学院博士課程卒業。現在、東京女子医科大学をはじめとする複数のクリニックで頭痛外来を担当し、一日あたり数百人の患者さんを診察する、頭痛研究の第一人者。著書やメディアへの出演も数多い。

自然とアート、富山で潤う

Art × Nature

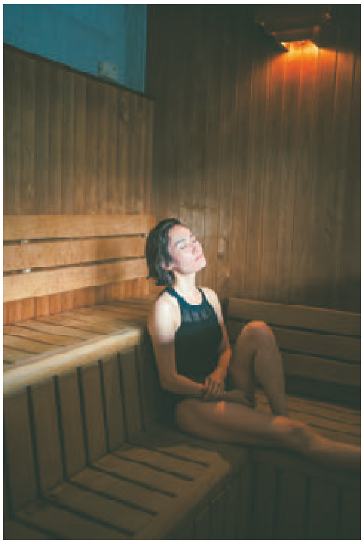
多くの恵みを受ける地。
水、土、海の幸、山の幸、
そして先人たちの優れた技術や知恵。
富山には、感性を刺激する
アートとの出会いがたくさん潜んでいる。
作家、職人、料理人に
選ばれし場所とも言えよう。
価値の高いものが生み出され、
雄大な自然と融合して
私たちを迎え入れてくれる。
人間はなぜ旅を求めるのか。
そんな問いにそっと答える。
そう、心の潤いこそ、最高のリトリート。

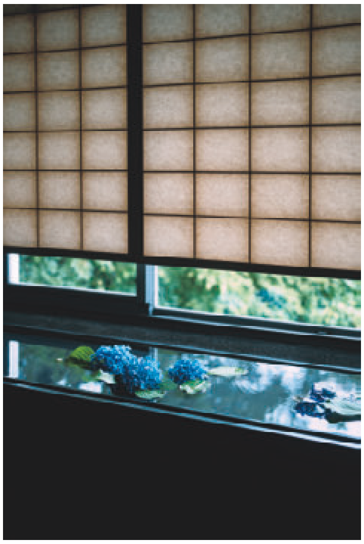
撮影／yOU（河﨑夕子）、
加藤 光〈P22－23（P22右下、P23上以外）〉 文・編集／中野桜子

富山への翼
富山へは東京（羽田）などからANA便で富山空港へ。
※運航情報は変更になる可能性がございます。
最新の情報はANAウェブサイトをご確認ください。

神通峡のほとりに佇む、美術館のような「リバーリトリート雅樂倶」。四季折々の自然を感じられる建築は、建物そのものがアートであり、圧巻。建築を手がけたのは建築家・内藤廣氏。

アートと自然の中にステイ





（左）サウナ、冷水炭酸泉、ジャグジー、内風呂、露天風呂を完備。サウナには薬草の香りが充満する。
（中）相反する趣の２つの茶席にて。（右）客室の中庭。陶芸家・内田鋼一氏の作品。

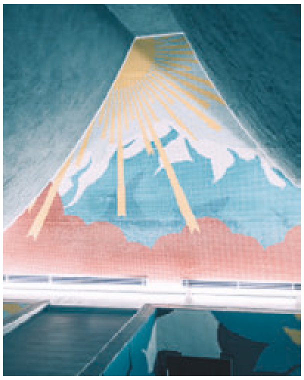
天井から壁まで和紙が張り巡らされた温もりのある部屋「環水」。
富山の和紙作家・川原隆邦氏の和紙。客室面積は100㎡以上。

薬都逗留スプリングデイスパ。立山山麓の豊かな水が育む森林が生み出した和精油、薬草のアロマオイル、おりんの響きにはじまる極上のスパトリートメント。

アートに泊まる……
時の流れが静かに宿る非日常

神通峡のほとり。中に入ると思わず圧倒される。広い天井に、パノラマで広がる神通川。その建築自体がアートであり、自然と融合する。驚くのは館内の全てがギャラリーとなっていること。ロビー、客室、歩廊、いたるところに絵画、伝統工芸、民芸品、オブジェが置かれている。その空間には、時の流れが静かに宿り、ひとつひとつの作品が重厚な存在感を放つ。世界的に有名な作家のものから、現代アートの作品までが息づき、そこに「泊まれる」。日常の喧騒から遠く離れ、内なる自分と向き合う。それが心のリトリート。

リバーリトリート雅樂倶（がらく）
富山県富山市春日56-2
Tel.076-467-5550
Instagram
river_retreat_garaku



舘鼻則孝氏による立山連峰や稲妻をモチーフとしたタイル画。アート浴を楽しめる。オートロウリュを完備したサウナ室２つと、北アルプス立山の伏流水を100%使用した露天風呂、水風呂が魅力。笹野美紀恵氏がプロデュース。

スパ・バルナージュ
富山県魚津市吉島
1-1-20
グランミラージュ9F
●日帰り（予約不要）
10:00～20:00
●ホテル宿泊者
6:00～9:30
15:00～23:00
https://granmirage.jp/spa_balnage/
Instagram　spa_balnage

海・山・空を望む“令和の銭湯”
は今も昔も幸せの場所

自然とリトリートできる銭湯がある。魚津市に位置する「スパ・バルナージュ」は地上約40mの高さにあり、立山連峰、富山湾を望む。山と海を独り占めできる場所。雄大なパノラマを眼下に、「絶景サウナ」「瞑想サウナ」で熱された体を澄んだ空気に解き放つ。歴史あるホテルの最上階だが、その昔ここはチャペルだったという。チャペルを彷彿とさせる三角の天井に描かれた“令和の銭湯”アートを見上げれば、心なしか幸福感が増す。

プロデュース　**笹野（ささの） 美紀恵（みきえ）**
サウナトータルプロデューサー。ONEBLOW代表。実家は“サウナの聖地”と称される「サウナしきじ」。現在は、「総合ウェルネス温浴」としてホテル・旅館・診療所などで五感を感じられるサウナのプロデュースをおこなっている。

2

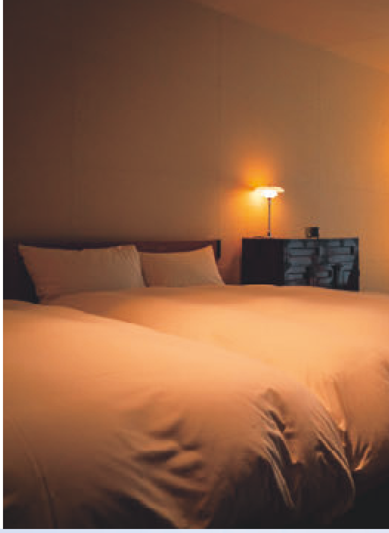
1

人と自然がともにつくり合う……「土徳」

「散居村」に住まう……先人の住居体験ができるアートホテル

「散居村（さんきょそん）」という言葉を知っているだろうか？　散居村とは、広大な水田の中に民家がポツポ

楽土庵
富山県砺波市野村島645
https://www.rakudoan.jp/
Instagram rakudo_an



3

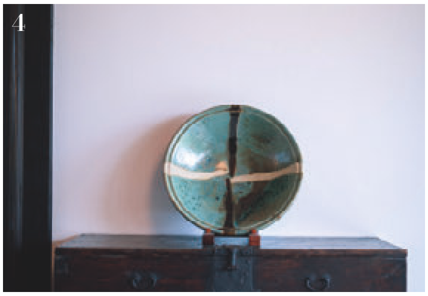
1 楽土庵は築120年の「アズマダチ」を再生した宿。ここは「土do」の部屋。敷地内の土を採取して製作した。 **2**「紙shi」の間。壁と天井一面に羽多野渉氏による和紙が巡らされる。入った瞬間にやわらかさに包まれる。 **3**「絹 ken」。松井機業の「しけ絹」を壁と天井一面に贅沢に使った美しい部屋。繭の中にいる心地。 **4** 濱田庄司氏による作品。楽土庵では、館内に飾られる作品、家具、骨董品は購入することもできる。 **5** 富山で制作をする陶芸家・森つくし氏の作品。 **6** ロビーでお迎えするのは、染色家、重要無形文化財保持者（人間国宝）で、民藝運動の中心を担った一人であり、型絵染を生み出した芹沢銈介氏作。

ツと点在する集落のこと。この地の風土と農耕のために生まれた景観だが、季節ごとにそれは美しい風景を見ることができる。田に水が張る時季は水に浮かぶ島々のように、そして稲穂の時季もまた美しい。日本の散居村で砺波（となみ）平野は最大規模といわれる。

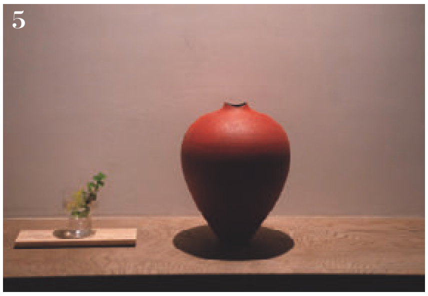
ここ「楽土庵」は、散居村に佇む3部屋限りの庵。この地には「土徳」という、人と自然がともにつくり合う品格を表す言葉が伝わるが、農村景観、伝統建築、工芸、精神風土……全てに表れる土徳をじかに体感できる。

ここの住居の特徴は伝統建築家屋「アズマダチ」といって、東向きの建築。家屋を守るため南西を屋敷林「カイニョ」で覆う。カイニョは風や雪から守る大木、食用木、薬用植物、建材や家具材になる木など、暮らしと一体となった生態系の循環をつくりだしてきた。

4



5



6

薬草の国 富山ハーブとヘルシーに生きる

「越中富山の薬売り」と称される富山は、江戸時代から売薬の名産地として栄え、現在も日本トップの生産額を誇る。富山の農業は、恵まれた気候と豊富な水資源に支えられ、米を中心に野菜や果樹が栽培されるが、昭和から平成にかけて薬用植物の振興にも県を挙げて力を注いできた歴史がある。

立山連峰を望む水田の中に、新たな歴史を刻む「ヘルジアンウッド」が誕生した。ハーブガーデン、蒸留所、販売所、レストラン、アロマスパ、ハーブロウリュのサウナホテル、イベント広場など、多彩な施設を併設したハーブの楽園である。各建物

「The Garden」。季節によりラベンダー、ローズマリー、レモングラスや、ニホンハッカなど和ハーブを栽培。

アロマ工房「The Workshop」。蒸留器が設置され、ハーブやアロマの専門知識を持つスタッフによるワークショップも開催される。オリジナルブランド「Taroma」も人気。

人の手で丁寧に栽培され、隣接するアロマ工房での精油やレストランの料理にも使用される。

１日１組限定の一棟貸しサウナホテル「The Hive」。日帰り利用もあり。２種類のサウナ室はハーブウォーターのロウリュも楽しめ、水風呂は天然掛け流し！

は、水田の中に住居が点在する富山独特の集落「散居村」を彷彿とさせるデザインで、小さな村のような趣を持つ。

立ち上げたのは製薬会社、前田薬品工業である。三代目社長の前田大介氏は「新しい村づくり、人づくり」を掲げ、日々進化を追求する。なぜ、１９５８年に創業し、現在はジェネリック医薬品の外用剤で国内トップを誇る企業が、「薬に頼らない」ハーブに目を向けたのか。それは、前田氏が実際に体験したハーブの力が背景にある。２０１３年、同社は経営危機に直面し、前田氏自身も体調を崩した。その際、あらゆる治療法を試みる中で、唯一彼を救ったのがハーブであった。この体験を経て、薬の起源であるハーブを通じた「未病」「予防医学」「幸せ人口」、そして過疎化が進む地元の自然を人々に伝えたいという思いが芽生えた。製薬会社の視点からハーブ栽培やアロマオイルの抽出に取り組み、地元住民と旅人をつなぐ場所として、富山を象徴する存在となっている。息を吹き返した小さな村は年間を通して辺り一面の色を変え、とても美しい。

ヘルジアンウッド
富山県中新川郡立山町
日中上野57-1
https://healthian-wood.jp/
各施設の詳細につきましてはHPまたは、Facebook、Instagram ページをご確認ください。

それぞれの棟が散居村のように敷地内に点々と建つ。
こちらはレストラン「The Table」。

田園に浮かぶ個室で本物のFarm to Tableを

田んぼ以外何もないという贅沢。視界いっぱいに眩(まばゆ)い稲穂が飛び込んでくる。唯一無二の空間で、運ばれてくる料理にドキドキする。使うのは富山の食材。熊野シェフは、各生産者の元に足を運び、見て、話を聞く。「富山名物の食材は新鮮でおいしいぶん、手を加えずに食べたほうがいいと思うんです。私が伝えたいのは“The富山の食材”でないものにも、すばらしいものが数多くあるということ。このレストランで生まれて初めての料理を体験できる、と世界中の人が足を運んでくれたら嬉しいです」

「富山のよもぎ餅」。揚げた餅にマスカルポーネ、とんぶりをのせ、摘みたてのトロロアオイの花を添えて。食用花でオクラのような味わい。

The Table
ヘルジアンウッド敷地内
※水曜定休
【予約】
・Table Checkよりオンライン予約
・Tel.076-482-2536
※受付時間 10:00～18:00
・Mail info@healthian-wood.jp

（下）「赤パプリカのマリネ」。自家製のリコッタチーズ、ビーツの酢漬け、赤玉ねぎ、アマランサスに、ここで育ったレモンタイムを。

熊野泰博（くまの やすひろ）
富山県滑川市出身。東京、フランスのブルゴーニュ、ブルターニュの星付きレストランで修業。東京、sioのシェフを務め、2022年2月にヘルジアンウッドのシェフに就任。郷土富山の素材を中心に、時には世界中の食材、技法を取り入れ、表現する。

日本のアイデンティティに立ち返る

ノスタルジックな町並みが今も残る岩瀬という町がある。日本酒の町であり、歴史あるこの地に、どっしりと佇む隠れ家的な店を見つけた。ここは、日本酒と蕎麦を極めるための洗練された空間。料理は「おまかせ」のみ。店主、口岩倫彦（くちいわともひこ）氏がとことん蕎麦にこだわる。「蕎麦屋は料理屋とは少し違う。蕎麦づくりは職人の仕事だと思っています。この蕎麦を食べたいからこの地に来たいと思ってほしい」。彼の哲学は明確で、蕎麦を味わうために訪れる客には、一品目から蕎麦を提供する。

蕎麦の風味は季節ごとに変化する。「その時々の蕎麦の味を存分に楽しんでほしい」。そして、「ドレスコードは“酒を飲む”」と添える。たっぷりの新鮮な井戸水を使って仕込んだ蕎麦と、この町ならではのペアリングを堪能することができる。

一品目でまず蕎麦そのものの風味を味わう。喉ごしではなく、しっかりと噛むことで、甘みと旨味が口いっぱいに広がる。

酒 蕎楽（しょうきょうらく）くちいわ
富山県富山市東岩瀬町135
予約は『酒蕎楽くちいわ』のFacebookまたはInstagramの各メッセージにて。
Instagram
tomohikokuchiiwa

内装は古民家の力強さを残しつつ、ラグジュアリーな雰囲気が漂う。100年以上の歴史を持つ建物を改装し、岩瀬の風情に溶け込むよう巧みにデザインされている。

1 最後に出される温かい蕎麦。同じ蕎麦粉でも切り方、ゆで方を変えるとまた別の味わいに。この日は富山で採れたきのこと。　2 蕎麦がきは、つくる様子をカウンター越しに見るのもライブ感があってすばらしい。　3「大人のハッピーセット」と名付けられたおつまみ7種盛り。

2

1

持続可能で最上級の食材が織りなす唯一無二のフレンチ

厨房に立ちながらそれは楽しそうに料理をする田中シェフ。まるで食材と対話しているかのように。提供される皿を見て口に運べばその思いが伝わる。

自ら生産者を訪ね、持続可能な食材を追求するうち、野菜は自家菜園を始め、捨てるはずの魚の内臓やアラを熟成させ、数年越しで肥料づくりに成功。みずみずしい採れたての野菜と富山の海の幸、山の幸はモダンフレンチに生まれ変わり、作家から買い求めた皿が光る。

3

田中逸平（たなかいっぺい）

1985年大阪府生まれ。10代後半にフレンチの料理人を志す。京都のフレンチレストランでの修業を経て、2019年レストラン「レヴォ」スーシェフに就任。 2020年 Trésonnier のシェフに就任。

Trésonnier（トレゾニエ）

富山県富山市春日 56-2
リバーリトリート雅樂倶内
Tel.050-5870-6286

4

1 隣町で採れるあまうららという大豆から搾った豆乳の料理。自家製のきゅうりやトマトから作るガスパチョジュレ、キャビアをのせて。　2 富山名水ポークのつくね。近くの山で採れるクロモジの葉から作った香りオイルと黒にんにくソースが美味。　3 富山湾氷見の鰹。肉や魚は薪で調理する。　4 Trésor（宝物）× Saisonnier（季節）で、季節の最上の食材「Trésonnier（季節の宝）」を大切にしたいという思いが込められたレストラン。ミシュランガイドで１つ星、さらにミシュラングリーンスターを獲得し、そのサステナビリティも評価される。

1 古紙回収×飲食店、老舗同士の集大成。富山の老舗焼肉店「大将軍」は事業を拡大し、全国に「SHOGUN BURGER」、東京「牛宮城」プロデュースほか数々の飲食店を展開する。　2 もちもちの生地は本格的ながら米粉と大豆粉でつくるグルテンレス。親子丼から着想を得た「ファミリアビスマルク」。　3 富山産食材の魅力を薪火調理で引き出す。　4「料理に国境は不要」のポリシーで新しいピザを作る小川シェフ。

4000冊の古本とハーブ園 ゴミになる資材もインテリアにした やさしいピッツェリア

本格的なピザ窯が置かれ、自家栽培のハーブ園を持つ。そして店内には4000冊の古本がぎっしり。「dadada_」は、富山の外食産業に革命を起こす老舗飲食店と、富山の古紙回収リサイクルのパイオニア「島田商店」とのタッグで完成した。古紙を利用したサステナブルなインテリアで、ゴミになるものに新たな価値をつけた。オーナー本田大輝氏は「コアコンセプトは、アナログへの立ち返り。紙の本に囲まれた空間で、炎の揺らぎを眺め、基本に立ち返った薪料理を食べてほしい。そしてスマホに奪われていた時間を、食事をともにする目の前の人や料理に向けてみてください」と言う。地元の人に、そして観光客にも愛される富山をつくる。

dadada_
富山県中新川郡舟橋村東芦原 102-1
Tel.076-463-4129
Instagram　dadada_toyama

小川 悠
神奈川県出身。イタリアンレストランにて、約12年間シェフ・副料理長の経験を経たのち、SHOGUN PIZZA、dadada_ 統括シェフに就任。

伝統や決まりにとらわれなくてもいい心に残る和紙をつくる

実際に手ほどきを受けたことはない。師匠の米丘寅吉さんは当時83歳で、体力の衰えから引退していた。口頭での教えをもとに、独学で研究した。

立山の小さな集落で、和紙職人・川原隆邦さんに連れられて製作所の裏山へ行く。原料である楮（こうぞ）が生い茂る。空き家の納屋を改修し、楮の栽培、煮る、木槌で叩く、紙漉（す）き、乾燥などの全工程をひとりで行う。川原さんは、400年ほど前から障子で親しまれた「蛭谷（びるだん）和紙」の唯一の継承者だが、独学でここまで辿り着き、今では世界で注目されている。その作品は「伝統工芸」の枠を度外視する。「伝統工芸から出たかった。材料も、これでないとダメ、という決まりはないと思っています。伝統や決まりに縛られると、和紙の世界は終わってしまう。もちろん障子、便箋など、古典的な和紙も大切。でも、自分は特殊なものがつくれるので、そのほうが面白いじゃないですか。今、建築の素材としてのオーダーが多いですが、そうやって世界中の人の心に刺さったら、嬉しいです」。

完全受注制。11mの大作も作れば、地元神社のお札も作る。東京・虎ノ門駅の、ガラスとともに張り巡らされた和紙壁面は圧巻。アメリカやフランスからのオーダーも多い。

川原製作所
富山県中新川郡立山町虫谷29
Instagram kawahara31

人気の代表作、花入れ「mari-mari」。「花を生けるのは難しいと思っている人が多いですが、もっと自由に楽しんでほしいという些細な思いが始まり」

土からつくり、静かにろくろと向き合う 創作活動は心から楽しい

430年以上の歴史を持つ、富山を代表する「越中瀬戸焼」。その第一人者の一人、釋永陽さん。「とても古典的でオーソドックスなスタイルでつくっています」。そう言いながら、その作品は誰にも真似できない技術で創作され、美しい曲線を描く。近くの山で土づくりをし、釉薬も手がけるという。土づくりから行う陶芸家は多くない。父は陶芸家・釋永由紀夫氏。「環境は揃っていましたが、真剣な父の顔を見ていただけで、18歳で初めて触りました。ものづくりをする人に囲まれて育った影響は大きかったかもしれません。受注をいただいて制作に追われることもあります。生みの苦しみとか、辛いという感情もありますが、作ることが楽しいと思う気持ちがとても大きいです」。その微笑みの優しさは陽さんの全ての作品に表れ、国内外の人々を魅了する輝きを放つ。

川原隆邦（右）
和紙職人、経営者。2003年に伝統工芸、蛭谷和紙最後の継承者の故・米丘寅吉氏に師事、唯一の直系継承者となる。数々の賞を受賞し、国内外で注目される。

釋永陽（左）
富山県立山町生まれ。作陶する父の後ろ姿を見て育ち、陶芸の道に進む。2014年に独立し、立山町虫谷の古民家に工房を移す。

夫は和紙作家の川原さん。虫谷の集落の納屋を改修し、それぞれの工房を並べる。暮らしに寄り添う器の作品も人気。

https://shakunagayo.com/
Instagram suyoyan2

「この土があってこそ。陶土に恵まれた土地です」。白くきめ細か、ねっちりと粘りけがある。

自分の窯とは別に、実家には登り窯も。曽祖父から引き継いだ登り窯を七十余年使い、20年前に父と新たに築窯。父・由紀夫さんは現役。

職人でなく「作家」ミリと秒の世界線で作る美しい作品

富山は「ガラスの街」といわれ優れた作家が名を連ねる。発端は300年以上の歴史を持つ売薬。明治・大正期は薬びんの製造が盛んだった。しかし、太平洋戦争の空襲でガラス工場が被害を受け、さらにはプラスチックの登場で工房が激減。当時の市長は富山ガラスの工芸としての将来性を見通し、公立では世界一の設備を誇る学校が誕生。富山にいい作家が定着してほしい……安田さんはその思いを受け継いだ富山ガラス造形研究所の第1期生だ。非凡なセンスで独立を果たし、数年後、市に推薦され岩瀬に工房を移した。

「職人ではなく作家だと思って

安田さんが得意とするレース文様。高い技術を要し、計算し尽くされたやわらかで繊細な技法。皿やグラスは全国の飲食店から注文が殺到する。

安田泰三（やすだ たいぞう）

兵庫県神戸市生まれ。18歳から富山ガラス造形研究所・造形科で第1期生として学ぶ。1993年卒業、1994年同研究科修了。1997年「Taizo Glass Gallery」を設立。現在は富山市岩瀬地区の蔵を改装した工房で制作に励む。

Taizo Glass Gallery

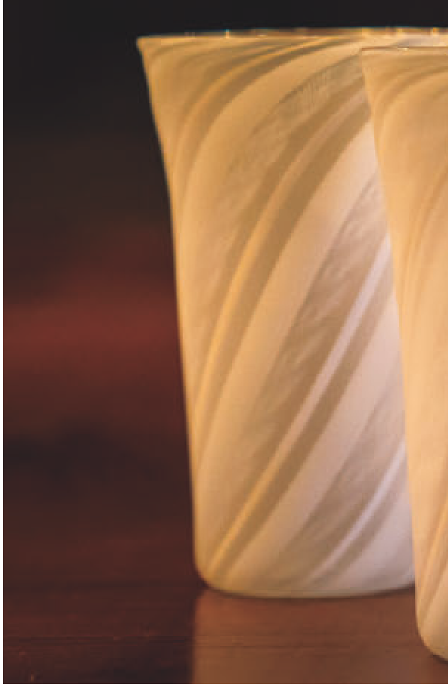
富山県富山市東岩瀬町109
Tel.076-438-6205
受注販売が基本。

「富山特集」はWeb『翼の王国』でもお楽しみいただけます。本誌未掲載のWeb限定記事もぜひご覧ください。

1200度の溶解炉。工房は一年じゅうその熱を帯びる。冷めると中のガラスが固まり膨張して破裂してしまうため、止まることなく常に自動運転される。

向き合っています。決まったデザインを正確に作るのではなく、デザインを考えて技術を磨いて形にする。大量生産にできないことをやろうとするからこそ、複雑なものをつくるエネルギーが湧くのかもしれません」

ギャラリーは、岩瀬地区の廻船問屋の土蔵をリノベーションした歴史ある建物で、工房も同エリア。繊細な文様にこだわり、個性的なデザインを生みながら、食器・花器・オブジェなどを制作する。通常２〜３人でやる作業もすべて１人でこなす。選ばれた人にしかできない技を持ち、ガラスアートの世界において国内外で高く評価されている。



酒造の国 富山「また笑い語り飲むために」復興ボトル誕生

酒造の町、岩瀬を歩いていたら、ふと、華やかなラベルの日本酒を見つけた。富山県酒造組合による『復興２０２４ボトル』。イラストを手がけたのは、画家の伊東楓さん。

現在ドイツを拠点に活動する彼女だが、令和６年の能登半島地震当日、富山の実家に帰省中、震災を経験した。「また昔のように、家族や友人と、いろんな場所で集まり囲み合って、笑いながら日本酒を飲み明かせる日が戻ってくるように。復興への想いを、今回のタイトルと絵に託しました」

プロジェクトには18の蔵が参加し、売上の全額が被災地へ寄付されている。

伊東 楓（いとう かえで）

2016年、アナウンサーとしてTBSテレビに入社。幅広いジャンルの番組で活躍し、2021年、画家に転身。現在はドイツ・ベルリンを拠点とし、個展、ブランドとのコラボ、企業案件にて国内外で活躍する。

Instagram kaede_ito004

富山県酒造組合

富山県富山市丸の内2-2-10

Tel.076-425-1851

購入は特設サイトから

https://kaededesign.base.shop

TSUBASA GLOBAL WINGS
花、旅、人
HANA-TABI-HITO
vol.8

今月の花

旅と味とご縁

装花・文

赤井 勝

今月の装花は「朝鮮五味子」です。赤い実が愛らしい花材ですが、韓国では生薬、それに飲料など食用としてもポピュラーで、その名にあるとおり果実は甘味、苦味、酸味、辛味、塩味の5つの味を持つとされています。常々、この5つの味が調和してこそ美味と思っている私には、朝鮮五味子の装花を制作するたびに思い浮かぶ、旅の思い出があるのです。

それは数年前、仕事で行ったパリでのことでした。現地の人に「日本人シェフがいるフレンチ・レストランがありますよ」と教えられ、私はパリ5区の『narro』を初訪問しました。

私にはバターやクリームたっぷりのフレンチが、どうにも重く感じられてしまうことが、少なからずありました。ところが、若き日本人シェフ・竹田和真さんの料理はどれもが繊細かつ軽やかで、素材の味わいを最大限に感じさせてくれます。カジュアルなお店の雰囲気も相まって、リラックスしながら最後の一皿まで堪能。シェフともすっかり意気投合したのです。

この時点で、私のパリ滞在は残りあと2日。そして、翌日は日曜日でした。ご存じかと思いますが、欧米は日曜休業の店がとても多いのです。私は失礼を詫びつつシェフに聞きました。「日曜も営業している美味しいお店、知りませんか?」と。すると彼は、申し訳なさげに「生憎、明日はどこも休みです」。ところが、驚くような提案が続きました。「よかったら明日、我が家に食事に来ませんか?」。いくら意気投合したとは言え、初対面の方のお宅にいきなりお邪魔するなんて……。しかし、背に腹は代えられません。なにより、シェフの料理に感動していた私は、お言葉に甘えることにしたのです。

翌日、アシスタントを伴いアパルトマンを訪問した私に彼は「有り合わせのものですみません」と恐縮しながら、お店でいただいたものと遜色ないフルコースを供してくれました。どんな素材にも実直に向き合うシェフのスタイルにすっかり惚れ込んだ私は、その翌日も、フライト前の間隙をついて、『narro』を再訪しました。

その後は帰国ごと、花のイベントにも足を運んでくれる竹田シェフは、今では私の大切な友人の一人です。旅が教えてくれた味、結んでくれたご縁に感謝しながら、私は朝鮮五味子を活けたのです。

パリ5区にあるレストラン『narro』

赤井　勝／あかい　まさる
65年、大阪府生まれ。花を通じ心を伝える自らを「花人」と称し、自身の飾る花を「装花」と呼ぶ。08年、北海道洞爺湖サミット会場を花で飾り、13年、伊勢神宮式年遷宮では献花を奉納。17年、フランスのルーブル王宮内パリ装飾芸術美術館で開催の「JAPAN PRESENTATION in PARIS」でも桜の装花を担当した。

パラダイス山元の

快適な空だけの旅

Vol.26

憧れのミラノへ初便タッチ

イラストレーション／ソリマチアキラ

貯めたマイルを特典航空券に換えて旅行をしたと思ったらスグにまた同じ飛行機に乗って帰ってきたとか、機内や空港内で目や鼻に留まった些細(ささい)なことを綴(つづ)っているだけの〝ただのエッセイスト〟だと、私のことを思ってくれていたならそれはそれで嬉しいのだが、前職は自動車会社勤務のカーデザイナーだった。

子どもの頃、大ブームが起こったスーパーカー消しゴムを収集する趣味とかはなかったものの、将来はクルマのスタイリングに関わる仕事がしたいと、美大を目指した。図書館で、デザイン関連の洋書やクルマ雑誌を読み漁(あさ)り、いつかは自分が描いたクルマが公道を走ったりしたならなんと嬉しいことだろう！　と未来を思い浮かべていた。

当時は携帯のカメラを外国語のテキストにかざすだけで翻訳してくれるなどという便利なアプリどころか、そもそも携帯電話すら存在していなかったので辞書を片手に少しでもなんと

→目次に戻る

書いてあるのか理解しようと必死だった。日本語↔英語ならまだしも、イタリア語ともなるとかなり難儀した。周りにイタリア人の友人は皆無、その憧れから増幅するイタリアのイメージで頭の中はパンパンになり、とくに工業デザインの聖地ミラノにはなんとしても早いうちに行かねばならないと思った。

結局、大学生活4年間は部活動や就職活動に時間を取られ、学生のうちにイタリアへ渡航することは叶わなかった。自動車会社に就職さえできたら、イタリアやドイツ、アメリカで開催されるモーターショーに出張させてもらえる身分になるだろうという考えも甘かった。海外出張の機会なんて、新入社員の私に巡ってくることはなかった。会社創業以来の大ヒットとなったツーリングワゴンのグラフィックデザイン、カラーリングに携わり、その後のスポーツセダンのスタイリング開発では、映画でお馴染み(なじ)みの名車「デロリアン」のデザイナー、インダストリアルデザイン界の巨匠、イタリアのジウジアーロ氏と一緒に仕事をする機会に恵まれた。

頭の中に描いていた夢が実現する奇跡を体験してしまうと、また次の夢を追い求めたくなり、自動車会社勤務と並行して趣味で続けていた音楽活動に主軸を移し、レコード、CDデビューする夢も叶えることができた。

そして今は、大好きな飛行機に乗りまくって、マイルやステイタスポイント、ライフタイムマイルを貯めることに生きがいを感じる日々。自分はこれまでなんて幸せな人生を送ってきたのだろう。とここまで綴ってきてハッとした。そういえば、あんなに憧れていたミラノに、まだ行ってなかったじゃないか！

12月3日、ANA羽田↔ミラノ線の新規就航が決まった。今度こそミラノに、しかもANAの直行便で行くことができるなんて。先ずは、初便タッチかな？

〜つづく

パラダイス山元の 空 港 巡 礼

【新潟空港】KIJ

4階まで吹き抜け、壁は全面ガラス張りで開放感に溢れる明るい印象のターミナルビル。館内には、名産品の「お米」をモチーフに、"米（まい）""参る""航空単位マイル"の言葉をかけ合わせて命名された「米（まい）るくん」と「米（まい）ちゃん」という新潟空港PRキャラクターがいる。米どころ新潟県の大手米菓子メーカーの地域限定米菓や、お土産の定番「柿の種」は、ホワイトチョコレートなど様々なコーティングが施された新商品も多数販売されている。本物の笹の葉を使い伝統的な技法で丁寧に巻かれた笹団子、笹餅の類も、何社もの製品が並ぶ。市内中心部にある万代バスセンターの名物、カレー味のラスク、スナックも美味しい。3階「須坂屋そば」のへぎそば、ごぼうの天ぷら、お土産の乾麺とそばつゆは絶品。3階米(まい)まいテラスには、ANA冷凍機内食の自動販売機と電子レンジが備えられ、駐機している飛行機を間近に見ながら熱々の機内食を食べるのがパラダイス山元の推し。

＊12月2日新潟出発の行程

パラダイス山元：プロの搭乗客。ANAミリオンマイラー。餃子レストラン「荻窪餃子 蔓餃苑」のオーナーシェフ。著書に『読む餃子』、英語版・仏語版餃子レシピ本『GYOZA』、『パラダイス山元の飛行機の乗り方』『なぜデキる男とモテる女は飛行機に乗るのか？』など。グリーンランド国際サンタクロース協会公認サンタクロースのライセンスを持つただ一人の日本人でもある。X（旧 Twitter）@mambon

Bangkok After Dark

The Evolution of a Thriving Bar Scene

バンコクで最も注目される再開発エリア、プルンチットのOCCビル61階にあるルーフトップバー「AKARA SKY HANUMAN」のアイコン、ハヌマン。ハヌマンとは古代インドの叙事詩『ラーマーヤナ』で活躍する猿の将軍のこと。店舗の詳細はP50に。

バンコク バーホッピング

世界でも有数のバーシーンを誇るバンコク。300メートルを超える高層ビルに設けられたルーフトップバー、世界トップクラスのホテルバー、近年増えている個性派隠れ家バーまで、そのバリエーションは多岐にわたる。また、バンコクのバーの魅力はタイの伝統とモダンが融合したところにもある。古くから伝わるハーブやスパイス、ローカルな食材を巧みに使い、世界でも類を見ないようなオリジナリティあふれるカクテルが誕生している。人々が集い、交流し、新たな発見をするためのプラットフォームでもあるバー。多様な文化が交錯するこの都市の夜に飛び込み、新たな繋がりと旅の体験をしてみてはいかがだろう。

写真：中島正男　取材・文：山下マヌー　コーディネーション：T Live Bangkok Co.,Ltd.　編集：小嶋美樹

バンコクへの行き方
日本からANA直行便でスワンナプーム国際空港まで約6時間半。空港からバンコク市内までタクシー利用の場合、約40分400バーツ（高速道路使用料、空港使用料別）、エアポートレールリンク利用の場合、約30分45バーツ（終点パヤタイ駅まで）、エアポートバス利用の場合、約1時間60バーツ（カオサンまで）。

View from The Top

CRU Champagne Bar

https://www.champagnecru.com

レッドスカイバーの上、59階。カウンターに座ったまま360度、バンコクの夜景を一望できる唯一無二のオープンエア空間。5層構造のルーフトップバーはここだけという圧倒的なスケールを誇る。

Sky Beach

https://www.skybeachbangkok.com

バンコクで最も高い78階に位置する。他と比べてバー色は薄いが、通常は子ども入場不可のルーフトップバーが多いなか、こちらは子連れでもOK。景観を楽しみながら軽食を楽しむというスタイル。

ルーフトップの眺望に
多様性と革新性が加わる

高層ビル群を背景に３６０度の絶景が広がるルーフトップバーは、その眺望だけでも訪れる価値がある。しかし、魅力はもはや眺望だけではない。特に近年、注目されているのは、多層構造のルーフトップバー。各フロアで異なるコンセプトや雰囲気を楽しむことができる。また「Champagne Bar」や「SPEAK-EASY」など、よりコンセプトに特化したバーも増加。飲酒の場にとどまらず食事やイベントを楽しむ場所としても進化している。タイと西洋とがミックスした、斬新な料理とのマリアージュを楽しめるバーも少なくない。バンコクのルーフトップバーはその多様性と革新性によって常に進化を続け、都市体験の新たな地平を切り開いている。

THE SPEAKEASY ROOFTOP BAR

※HP改修中

Address: HOTEL MUSE BANGKOK 55/555 Langsuan Rd, Lumphini, Pathumwan, Bangkok 10330

高級コンドミニアムエリアに建つホテル、ミューズの24、25階。1920年代のアメリカ禁酒法時代の酒屋をイメージして作られたバー。バルコニー席の上階、エレベーターホールの秘密の扉の奥には、予約制の個室“秘密の酒場”も用意されている。

Authentic and Luxurious

Stella

https://capellahotels.com/en/capella-bangkok/dining/stella

シグネチャーカクテルはオリジナルの8種類。扇をあしらったメニューがユニーク。カクテルの名前がイラストとともに書かれており、ムエタイにちなんだ“The K.O.”など、タイに縁のあるネーミングがされている。

ラグジュアリーな空間で過ごすバンコクの特別な夜

ホテルのバーは、そのホテルを語る舞台でもある。洗練された空間、個性的なカクテル、卓越したサービスで、忘れられない時間を提供してくれる。カペラ バンコクの「Stella」は、フェミニンな雰囲気と空間が特徴。タイの文化をモチーフにしたカクテルも魅力だ。フォーシーズンズホテル バンコクの「BKK SOCIAL CLUB」はラテンアメリカの社交クラブをイメージしたインテリアとカクテルでゲストを迎える。伝統を守りながらも常に魅力を感じさせてくれるのは、マンダリン オリエンタル バンコクの「The Bamboo Bar」。70年以上の歴史を持ち、数々のセレブをゲストに迎えてきた〝バンコク最古のジャズバー〟で音楽とカクテルに酔いしれる。

BKK SOCIAL CLUB

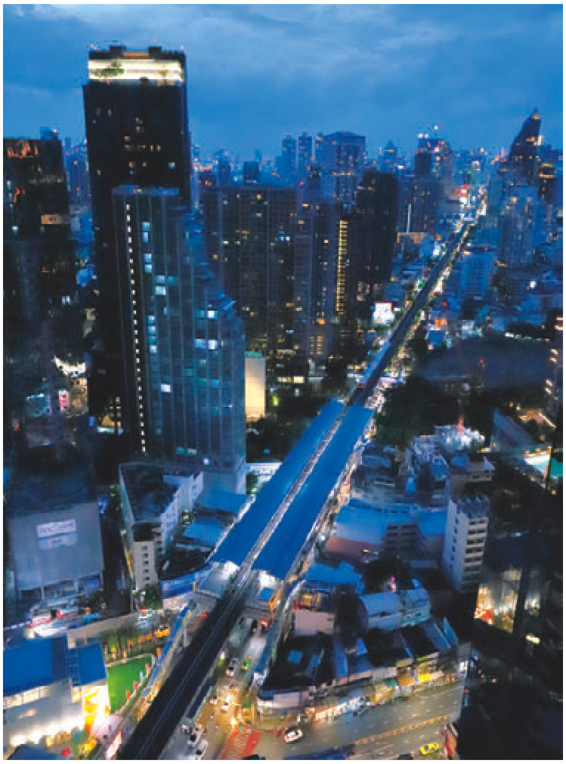
https://www.fourseasons.com/bangkok/dining/lounges/bkk-social-club

タイのホテルバー・ザ・イヤー、アジアベストバーほか数々を受賞。「フォーシーズンズホテルだからこそ可能なインターナショナルなバーを目指した」（バーのマネージャー）というだけあり連日、世界中のゲストで賑わう。

The Bamboo Bar at Mandarin Oriental, Bangkok

https://www.mandarinoriental.com/en/bangkok/chao-phraya-river/dine/the-bamboo-bar

創業約130年のタイを代表するホテル、マンダリン オリエンタル バンコクのバー。昔ながらの雰囲気と優れたカクテルで知られる。毎日20時からピアノ、21時からボーカルのライブ演奏が行われる（ミュージックチャージなし）。



Octave Rooftop Lounge & Bar

https://www.facebook.com/OctaveMarriott

レストランとバーのフロアを分けた多層構造のルーフトップバー。眼下にはバンコクスカイトレインの線路が西に向かって延び、遮るものがないためにサンセットの景色が素晴らしい。客単価「一人1000バーツ（約4500円）」と、リーズナブル。

ホテルのルーフトップで眺望と料理の融合を楽しむ

近年はホテルのルーフトップに本格的料理とバーとを融合させた新しいスタイルの空間が登場。そんななか、特に人気を集めているのがマリオットホテルだ。実はバンコクのマリオットホテルの料理が美味しいということは、タイのフーディたちの間では周知の事実。その理由はタイ料理業界の重鎮、チュンポル・ジャンプライ氏がマリオット系列の料理を総監修していたことによるもの。バンコクのトンロー地区にミシュラン二つ星レストラン「R-HAAN」を持つ彼の監修という事実は、マリオットの料理に対する信頼の厚さを物語っている。「Yao」「Octave」では本格的な中華料理や点心が、ルーフトップからの絶景とともに楽しめる。

Yao Rooftop Bar

https://www.yaobangkok.com

中華エッセンスを取り入れた初のルーフトップバー。ルーフトップからの景色と本格中華料理、そのどちらもが楽しめる。料理は広東と上海のアレンジメント。バーの開店時間中はいつでも点心のオーダーが可能。

From the Street

多様化したタイの価値観が
バーの個性化を生んだ

バンコクのバーシーンは近年、その様相を大きく変えつつある。若い才能たちが生み出す個性的なバーは、街並みに新たな風を吹き込み、活気あふれる空間を生み出す。100年以上の歴史を持つナナ通りには、「Tax」や「Pijiu Bar」といった新感覚のバーが登場。アート系の若者たちを引きつけ、街に活気を取り戻した。また「Find The Locker Room」や「Rabbit Hole」のように、洗練された空間で伝統的な素材をモダンにアレンジしたクリエイティブなカクテルを楽しめるバーも増えている。タイの人々は、単に酔うためだけでなく、新しい体験や発見を求めるようになり、個性的なバーは、そうしたニーズに応える存在となっている。

Tai Soon Bar

https://www.facebook.com/TAISOONBARThai

かつて薬局だった建物を改装した、クラフトビールをメインとするバー。タイのオリジナルクラフトビールは近年人気が高まっており、この店では約10種類を取り扱う。特にゆずとタイティーを使ったビールが人気。

Find The Locker Room

https://www.bkkmenu.com/eat/we-recommend/find-the-locker-room.html

「面白い場所で面白いことをしたい」と、4人の若者が立ち上げた店。ロッカールームにしか見えない扉の先には秘密めいた空間が。そこには彼らの思いと、新しいバースタイル、ユニークなカクテルなど様々なものが詰まっている。

AKARA SKY HANUMAN

https://akaraskyhanuman.com

2024年４月にオープン。ヨーロッパで出会ったタイの若者たちが立ち上げた店で、神話のエッセンスとモダンな豪華さが絡み合う。さそりのカクテル“カオサンロード”やトムヤム系テイストの料理など、タイの文化をベースにした創造的な料理やカクテルを楽しむことができる。

Pijiu Bar

https://www.facebook.com/pijiubar

レトロな空間でクラフトビールを提供するバー。人気のビールは、店のあるストリートの名前を付けた“ナナラガー”。「ナナ」と聞いてニヤリとする人もいるかもしれないが、既によく知られている「ナナプラザ」ではないのでお間違えなく。

→目次に戻る

Tax

https://www.facebook.com/taxbarbkk

「インテリアデザイナー、バーテンダーの仲間で好きな店を」とオープンさせたバー。オリジナルカクテルにはタイにちなんだ名前が付けられている。酒の代わりに酢を使ったノンアルコールカクテルが多いのは、高い酒税を払わなくて済むから。まさに入り口の壁に書かれたDEATH &TAX。

Rabbit Hole

https://rabbitholebkk.com

トンローにある隠れ家バーは、オリジナルカクテルが26種類と豊富。洗練された空間で多様なカクテルを楽しめる。特にディスコをイメージしたジンベースのカクテルや、アガベを使ったユニークなカクテルが人気。

◀「バンコク特集」はWeb『翼の王国』でもお楽しみいただけます。本誌未掲載のWeb限定記事もぜひご覧ください。

旅で潤う

vol.
26
秋田

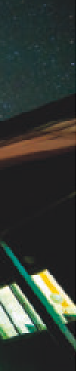
案内人
サウナトータルプロデューサー
笹野美紀恵

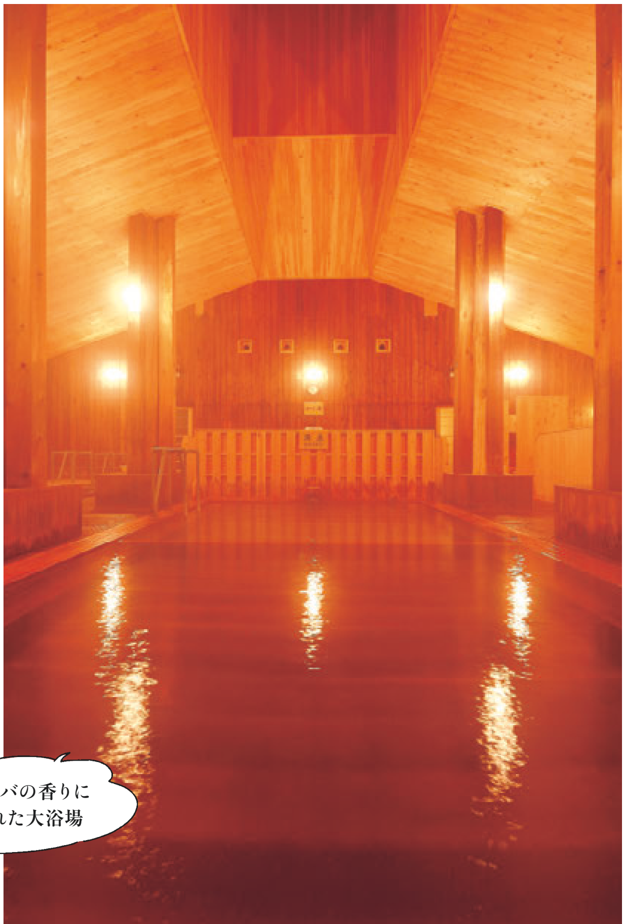
サウナ・温浴施設プロデュースのほか医療機関と連携し、新しいウェルネスの形を提案している。実家の静岡「サウナしきじ」を〝聖地〟と呼ばれる唯一無二の存在に育て上げた。

噴気孔周辺は硫黄の結晶が樹氷のよう

天然岩盤浴客で賑わう玉川温泉

頭だけ出して蒸気と温熱で代謝UP





青森ヒバの香りに包まれた大浴場

→目次に戻る

箱蒸し湯に蒸気浴……そして
天然岩盤浴で天の川を眺める

人間がつくり出したものは、やはり自然の力にはかなわない。訪れるたび、そんな感情に駆られるのが、日本一の強酸性泉の湯として知られる温泉施設「新玉川温泉」です。

秘境の湯治場として人気の高い「玉川温泉」と同じ源泉が一年中堪能できる宿として26年続くこちら。源泉温度は98度。14もの浴槽がある大浴場は、酸性泉をやわらげた源泉50%の湯船や弱酸性の湯、気泡湯など種類が豊富で、なかでもおすすめは、足元から温泉で蒸される「箱蒸し湯」やミストサウナのような「蒸気浴」です。発汗も促され、蒸気に含まれた温泉成分が鼻の粘膜や皮膚などから吸収されます。お肌はツルツル、皮膚病や神経痛、喘息（ぜんそく）などの治癒にも期待ができるそうで、源泉の持つ力はさることながら、その効用を生かす施設づくりは実に素晴らしい。どんなに最新の電気や薪（まき）のストーブができようが、自然の力を超えられるはずがないんです。

「一番注力しているのは浴槽の温度管理です。湯治のお客様は長く滞在されるので、1度でも違うとわかるんです。浴槽一つずつ全て手作業で温度を調節しています」（支配人の阿部真一さん）

宿から車で5分ほどの「玉川温泉園地自然研究路」では、毎分9千リットルの湧出量を誇る源泉「大噴（おおぶき）」や轟音（ごうおん）と湯けむりを上げる噴気孔が見られ、これぞ大地の息吹！　岩盤にゴザを敷いて地熱を感じる天然岩盤浴もおすすめです。

新玉川温泉

全国でも有数の湯治宿「玉川温泉」の姉妹館として1998年に開業。バリアフリーを施した館内は、モダンでぬくもりある造りが特徴で、客室の種類も豊富。食事はビュッフェスタイルで秋田の郷土料理と旬の味を堪能できる。

住所：秋田県仙北市田沢湖玉川
TEL：0187-58-3000（予約センター）
https://www.shintamagawa.jp

Walk with 47 Japanese folk monsters

ニッポン 47妖怪 さんぽ

数千もの伝承の中から、都道府県ごとに一匹の妖怪を選び、造形作家森井ユカの独自の解釈で創造しました。妖怪に誘われるがまま旅すると、美味しいもの、きれいな景色に必ず出会える!? ようこそ、空飛ぶ百鬼夜行へ。

26

取材・文・造形 森井ユカ
撮影 五味茂雄
編集 中野桜子

神奈川 猫踊り

交通安全

神奈川県の踊場駅周辺での昔話。夜毎手ぬぐいを盗まれてしまうのは、飼い猫の仕業だった。跡をつけると猫たちが手ぬぐいをかぶり、輪になって楽しそうに歌い踊っていた。

300年を共に生きる猫と人 神奈川県の知られざる物語

あざみ野から横浜を通って湘南台まで走る地下鉄ブルーライン。その「踊場」駅の名称は、この地に伝わる猫の民話が元になっており、駅の構内、構外を歩けば足跡や壁画、オブジェなどあちこちに猫が見つかる。

昔々、店の飼い猫が毎日手ぬぐいを夜中に持ち出すようになった。不審に思い跡をつけると、なんと大勢の猫たちが手ぬぐいをかぶり輪になって踊っていた。手

森井ユカ：立体造形家／キャラクターデザイナー 「ネコカップ」「ネゴ」のデザイン、ポケモンカードゲームのイラストレーション、粘土あそびセット『ねん Do！』のディレクションなどを担当。著書多数。

300年のときを超え
猫の民話が駅の名前に
ここから始まる妖怪さんぽ

構内で往来を見守る大きな猫の目を見つけた。

猫の足跡をたどっていくと、天井に踊る姿が。

猫の慰霊碑があるのは2番出口の近く。

妖怪さんぽスポット

→【横浜市営地下鉄踊場駅】神奈川県横浜市泉区中田東1-1
→【日本酒サロン 六ノ七】神奈川県鎌倉市笹目町6-7 鎌倉笹目座2階 @rokunonana
→【熊澤酒造】神奈川県茅ヶ崎市香川7-10-7
→【MOKICHI FOODS GARDEN】神奈川県茅ヶ崎市元町13-1
→【MOKICHI KAMAKURA】神奈川県鎌倉市長谷4-6-12 ☎0467-33-4614
→【江島神社】神奈川県藤沢市江の島2-3-8

上）大切にされている江の島の地域猫たち。日が暮れてきたら彼らの独壇場、ゆったりと横たわり人間を見張る。左）江島神社・朱の鳥居付近でも貫禄のある猫に会えるかも。

ぬぐいは彼らにとって重要なファッションアイテム故に、せっせと持ち出していたのだ。それを知った飼い主は、毎日新しいものをそっと準備してあげたのだった……。化け猫、猫又などネガティブな伝承の多い猫だけに、この平和な民話が心を熱くした。駅の側（そば）にはこの民話をモチーフに、猫の慰霊と交通安全を祈願する古い石碑があるが、なんと元文2年、1737年に造られたもの。猫と人との関わりは長きにわたる。

猫との古（いにしえ）の絆をかみしめつつ、鎌倉由比ガ浜の小さな居酒屋「日本酒専門 六ノ七」で乾杯。猫を飼う猫派の店主が選ぶ美味い酒が、地元のみならず日本各地からチョイスされ、客席数が少ない分濃厚な時を過ごせる。10種類の酒から3つを選び、おつまみ3種盛が付いて2000円という気軽さ。夜が更ける前に江の島まで足を延ばし、地域猫たちとのひとときのデートを楽しんだ。

1

季節ごとに通いたい 湘南と鎌倉のとっておき

踊る猫の民話を追って神奈川にやってきたが、もちろん他にも妖怪はいる。茅ヶ崎市香川には、かつて河童が好む清らかな水田がいくつもあった。湘南に残された最後の蔵元、1872年創業の熊澤酒造では、この清らかな水田を未来に伝えるべく、醸造所の側で稲作をすすめ河童をシンボルにした酒造りにも取り組んでいる。ここには日本酒、ジン、ビールの醸造所と共に、レストラン、カフェ、ショップなど熊澤酒造による5つの施設が森の中に点在し、えもいわれぬ聖域感が漂う。直販所では10月からクラフトジンのウイスキーバージョンが、12月〜3月には搾りたての日本酒が、ビールは約2週間毎にフルーツやハーブを使った新たな種類が並ぶため、いつ訪れても新鮮な発見がある。そして熊澤酒造が2022年12月にオープンしたレストラン「MOKICHI KAMAKURA」へ。約90年前に竣工した水道施設（旧神奈川県鎌倉加圧ポンプ所）をリノベーションした広大な空間は、まるで映画のセットの中に入り込んだかのよう。ハーブガーデンのハーブと、日本酒メーカーならではの発酵食材がメニューに活かされている。湘南野菜のプレート、酒粕に漬け込んだチーズをトッピングしたピザ、そして湘南ビールで煮込んだトロトロに柔らかい豚肉など、酒蔵ならではの個性が溢れていた。そしてここでは洗練されたインテリアも味のひとつ。とびきり豊かで特別な時間が流れている。

猫に誘われ河童に案内された、とっておきの神奈川の食の旅。これからも妖怪たちについていけば間違いない。

参考：『かながわのむかし話』萩坂昇（むさしの児童文化の会）

→目次に戻る

3

2

6

1,3,6,7）鎌倉「MOKICHI KAMAKURA」の広大な空間。この日は湘南野菜の「農園プレート」、酒粕クリームチーズのピザ「フロマッジオ」、「厳選豚の湘南ビール煮」を。2,4,5）茅ヶ崎市香川にある熊澤酒造の醸造所と直売所。ユニークなラベルのHazy IPAと妻ビール（ゴールデンエール）、どちらも食中酒としてバランスのよいフレーバー。

4

7

5

箱根の「聖域」で 静寂に身をゆだねる

美しく荘厳な箱根の自然に包まれて過ごす、価値のある知見を。
無上のおもてなし、感性を刺激するアート、そして幻の源泉が、
訪れる者の心身を優しく包み込むだろう。

2
4 3 1
5

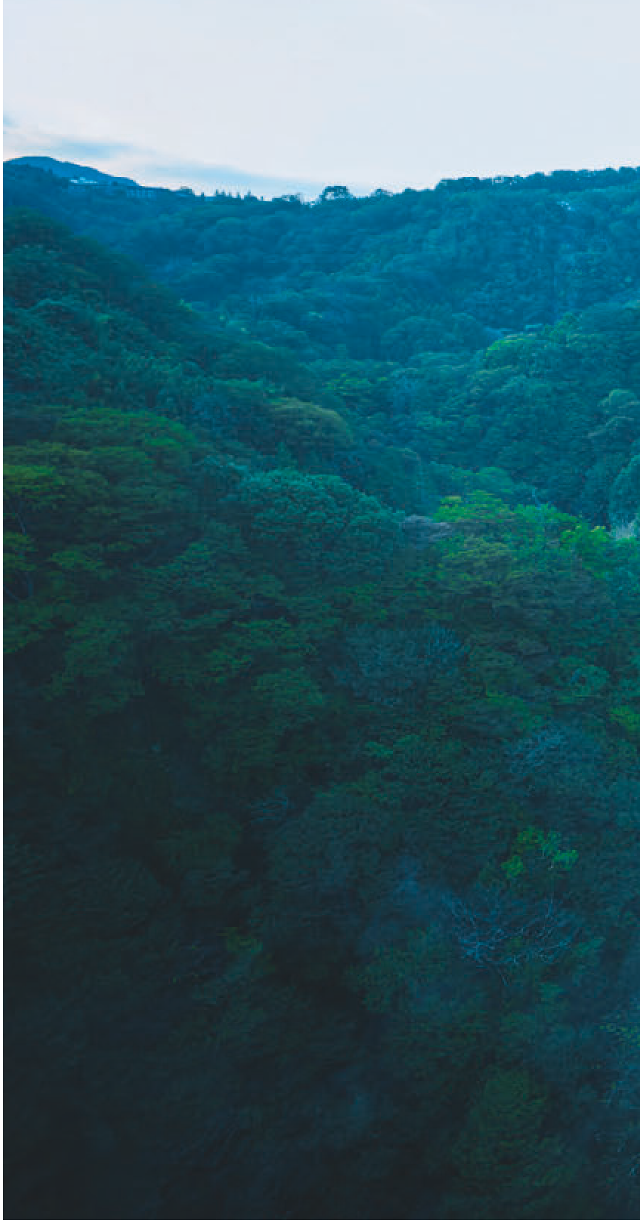
1 施設全景。箱根の山々に囲まれた神秘的な空間に佇む。 2 箔工芸作家 裕人礫翔氏の手掛ける四季を描いた四部作の1点「月・秋」。 3 唐紙師、トトアキヒコ氏が手掛ける「碧」の客室。 4 ミシュラン一つ星 京都の名店「やま岸」監修。京料理の伝統と箱根の豊かな恵みを活かした、この地ならではのおもてなしと料理を提供する。 5 堂ヶ島温泉は約700年前、臨済宗の黄金時代を築いた「夢窓疎石」が温泉を発掘したと伝えられる。湯量が豊富な九つの源泉を独占し、堂ヶ島温泉を堪能できるのは現在エスパシオ 箱根迎賓館 麟鳳亀龍のみ。写真は客室「大地」の露天風呂。

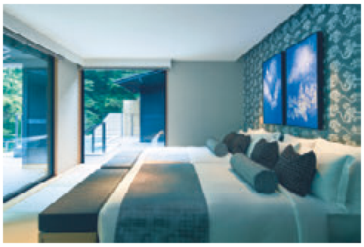
時を超え、旅人に愛され続ける温泉地、神奈川県箱根宮ノ下。四季折々の美しい自然の営みは、訪れる人を静寂で包み、日常から隔離された別世界へと誘う。

豊かな自然に抱かれたエスパシオ 箱根迎賓館 麟鳳亀龍は、静寂と癒しを求める旅人に最適な隠れ家だ。「エスパシオ」とはスペイン語で「空間」や「宇宙」を意味し、その名の通り、特別な空間が広がっている。全9棟の客室は、吉祥を象徴する「麒麟」「鳳凰」「亀」「龍」の四神の名を冠す聖域とし、ゲストを護る。

9棟それぞれが異なるテーマで作られ、日本を代表する唐紙師、箔工芸作家、彫刻家、組子職人など8人の作家の技術で彩り、訪れるたびに新たな発見を与えてくれる。

魅力は客室に限らない。江





エスパシオ 箱根迎賓館 麟鳳亀龍

箱根登山電車「宮ノ下駅」より徒歩5分。玄関を抜けると専用の渓谷電車で静寂の谷に辿り着く。8人の作家の作品が彩るわずか9棟の個人邸宅型施設。極上のプライベートステイを体験できる。世界80か国で400軒以上の独立系ラグジュアリーホテルが参画する「ザ リーディングホテルズ オブ ザ ワールド」に加盟。
住：神奈川県足柄下郡箱根町宮ノ下72　電：(0460) 87-9200　https://houoh.jp/

戸時代から続く「箱根七湯」の中でも“幻“とも称されるほどに希少な堂ヶ島温泉の源泉を独占している。七百年以上の歴史を持つ箱根の湯を楽しむことができ、全ての客室に内風呂や露天風呂、プールなど、多彩な施設が揃っている。特に、最高峰の客室「匠」では、岩盤浴、サウナ、パーティールームも完備し、多くのゲストを迎える準備もある。

　ここでは、自然とアートが融合し、訪れる人々に深い癒しと感動を提供してくれる。川のせせらぎが響く中、まるで“特別な誰かと過ごすための結界“のような空間は、日常からの解放と心の平穏を取り戻す。箱根に佇む四神の懐が、ラグジュアリーのその先にある至高の安らぎを約束する。

取材・文／高田真莉絵

旅するお取り寄せ

vol. 014

食いしん坊の方々が出合った、とっておきのお取り寄せを教えてもらう連載。
暮らしを幸せにしてくれるあの味を求めに、旅をしたくなることでしょう。

撮影：江原隆司　取材・文：高田真莉絵

→目次に戻る

ANAのサイトからのお取り寄せは〝ステータス修行〟であり冒険

ANAのサービスと飛行機をこよなく愛し、ステイタスポイント（マイル）を貯めることを生きがいの一つにしている俳優の風間俊介さん。お取り寄せを吟味するのも、もっぱら『ANAのふるさと納税』のWebサイトからだそうだ。

「テレビなどでもよくお話ししているのですが、10年以上前からANAの〝ステイタス修行〟をしています。自らを『マイル修行僧』と名乗って『翼の王国』でも連載を担当しているパラダイス山元さんには、貯めているステイタスポイントの累計数は遠く及ばないかもしれませんが、修行と称して日帰りで沖縄に行ったり、短期間でフィリピンや韓国に行ったりと仕事の息抜きも兼ねて楽しんでいます。ラウンジでのんびり過ごす時間も格別。〝ステータス修行〟での移動は、僕にとっては大冒険！　たとえ現地で過ごす時間が短くてもかけがえのない経験なんです。機内では『翼の王国』のインフォメーション欄を熟読するのが習慣です。

家でおいしいものを食べたい、年末はごちそうを味わいたい、というときは『ANAのふるさと納税』や『ANAモール』をチェックします。ふぐ刺しのセットや、美しくサシが入った立派な牛肉など様々な返礼品を選んできましたが、最近のお気に入りはシャインマスカットです。全国各地のシャインマスカットを食べ比べしたこともあるくらい、定番の返礼品になっています。今年は山梨県甲斐市のものをチョイスしました。

家の冷蔵庫でシャインマスカットが待っていると思うと仕事場から早く帰りたくなりますし、帰宅後はテンションが上がります。目がさめるほどの発色のよい実と、爽やかな中に甘さがほどよいバランスで混ざったいい香りがたまりません。食感も素晴らしい。春にはいちごを、夏にはすいか、そして冬にはりんごなど旬の果物の返礼品を選んでみたいと目論んでいます。

『ANAモール』では、気になっていたラーメンを取り寄せることもあります。僕の日々の暮らしにはANAがやさしく寄り添ってくれています」

ANAのふるさと納税

『ANAのふるさと納税』のシャインマスカット

『ANAのふるさと納税』サイト内の、食べごろのフルーツ返礼品をまとめた特設サイトをチェック。今の時季はみかんやりんごが人気。
https://furusato.ana.co.jp/donation/e/efruits
※控除上限額などは要確認。

Profile

風間俊介

1998年に俳優デビューし、翌年にはドラマ『3年B組金八先生』で日刊スポーツ・ドラマグランプリ最優秀新人賞を受賞。11月30日から、英国の劇作家ダンカン・マクミランの衝撃作、舞台『モンスター』に主演。濃密な四人芝居に挑む。

A New Ambitious Story
翼の流儀
第26回

整備担当者、「航空業界初」への挑戦

廃棄対象のベルトローダー車をEV車にアップサイクル

空港内で飛行機の貨物室に手荷物を搭載する際に使用する「ベルトローダー」が、EV（電気自動車）として生まれ変わった。手がけたのはベルトローダーをはじめとする「GSE（航空機地上支援車両）」の整備士だった。何もかもが初めてだったこの「挑戦」はどのように行われたのか。

「正直、プロジェクトが立ち上がった当初は『本当にできるんだろうか?』と、どこか半信半疑でした。それから2年。やっと完成し、電源を入れて問題なく動いてくれたときは『やった! よかった!』と本当に嬉しかったですし、ホッと胸を撫で下ろしました」

羽田空港にほど近いガレージ。車体の大きさに比して、驚くほど小さな駆動音でゆっくりと進んでくる車両を、整備服に身を包んだ小暮龍也（こぐれたつや）は目を細め、見つめていた。

全日空モーターサービス（以下、ANAMS）は今年春、ディーゼルエンジンの「ベルトローダー」を、自前でEV（電気自動車）へコンバージョン（改修）し、廃棄対象車のアップサイクルに成功した。その車両は5月に公開され、各方面から大いに注目を集めた。

ベルトローダーとは、飛行機の貨物室に手荷物を搭降載するための、ベルトコンベアなどの荷役装置を装備した「GSE（航空機地上支援車両）」と呼ばれる特殊車両の一つだ。

ANAでは、グループ一丸となって「航空機の運航以外で発生するCO_2排出量を、2030年度までに33％以上削減（2019年度比）する」という中期環境目標を掲げている。GSEのEV化は、この目標達成に欠かすことのできない要素の一つだった。

そして、この難題に挑んだのが、ANAMSでGSE整備部に籍を置く小暮たちだったのだ。

「いつもは車両の整備を担っている私たちが、一から車両を作り上げるようなものでした。なかでも、いちばん苦労したのは電子回路の設計と、それに伴う配線図を描くということ。整備作業はもちろん慣れていますし、そのために配線図を見ることは従来、多々あっても、それを描くなんて経験は、これまでは皆無でしたから」

そう言って頭をかく小暮。「一からEVを作り上げるなんて、まるで〝ANAのイーロン・マスク〟ですね」と水を向けると、「いやいや、経営センスがないですから」と言いつつも、照れ臭そうに、相好（そうごう）を崩してみせた。

これまで、さまざまな分野で〝本邦初〟〝業界初〟を成し遂げてきたANAグループ。今回は、やはりこちらも〝日本の航空業界初の取り組み〟を実現させた、車両整備のプロフェッショナルに聞いた、仕事の流儀――。

乗用車の整備から 特殊車両の整備の世界へ

小暮は2017年、ANAMSに入社した。それ以前は、大手メーカー系の自動車販売店で、整備士としてのキャリアを積んだ。

「専門学校を卒業したのち、ディーラーの整備士として15～16年、働きました。その間、乗用車の整備は修理から板金に至るまで一通り経験し、こなせるようになったので、もっと特殊な車両相手の仕事がしてみたい、そんな思いに至ったんです」

自ら望んで飛び込んだ特殊車両の整備の職場。しかし、その〝新たな挑戦〟、最初は一筋縄ではいかないことの連続だったという。

「入社当初はかなり苦労しました。GSEって『これ、本当に車と呼んでいいの!?』と思えるほど、それまで触ってきた乗用車とはまるで違いました。一般車の整備では見ることのない油圧の配管図を、まずは頭に叩き込まないと仕事にならない。それに何より、

2年という歳月をかけ見事、ベルトローダーのコンバージョンを成し遂げたANAMS・GSE整備部の小暮と、ともに作業に従事した同僚の内野徹（写真右）

部品一つひとつの大きさがまるで違うんです。乗用車ならば、だいたい手のひらに収まるサイズのものが、GSEの部品となると、見たことないほど大きく重たくて。ほんと、面食らいましたね（苦笑）」

それでも「生来、挑戦することが好き」と話す小暮は一歩、また一歩とANAMSでの挑戦を続けていった。

「何かにトライしてみたいと思ったとき、頭ごなしに却下されるようなことは決してないんです。多くの場合『よし、やってみよう』と言ってもらえる。働く者にとって夢を持てる職場、それがANAMSだと思います」

現在の環境を笑顔で語る小暮。そんな彼の整備士キャリア最大の挑戦が、GSEのアップサイクル・プロジェクトだった。

廃車待ちとなった特殊車両をEVとしてコンバージョン

世界的な課題であるCO_2排出量の削減。先述したように、ANAグループは2030年度までに、航空機の運航以外の場面で排出するCO_2を33％以上削減することを目指している。そして、グループの一翼を担うANAMSが発案したのがGSEのEVへのコンバージョンだった。

「先ほど『半信半疑だった』と話しましたが、本当にそうなんです。車両整備の知識のあるディーラー時代の先輩からは『さすがにEVを一から作るなんて、無理なんじゃない？』と言われましたし。私自身、最初は『コンバージョン』という言葉の意味すら、わかっていなくて。『それっていったい、なんですか？』って（笑）。そんなところからのスタートだったんです」

プロジェクトの発足は2022年5月。まずは、ベースとなる車両を手配するところから始まった。

「成田空港で29年間、第一線で活躍したのち、廃車待ちとなっていた1994年製、ディーゼルエンジン仕様のベルトローダーをANAから調達しました」

ちなみに配備空港による塩害の有無や稼働状況によって違いはあるが、概ね20～25年がベルトローダーの〝寿命〟とされている。

小暮たちは、再生を目指す車体の経年劣化した部位に板金修理などのレストアを施しながら、コンバージョンのための構造設計や電子回路の組み上げを行ういっぽうで、心臓部となるエンジンや燃料タンクなどを取り外した。そのうえで新たに、

リチウムイオンバッテリーや走行モーター、荷役モーター、それにモーターの回転数を制限し高いトルクを得る減速機や、ECU（電子制御装置）などの調達、搭載に順次取り組んでいった。

もっとも苦労したのは、小暮が先に語っていたように、電子回路の設計と、それに伴う配線図を描く作業だった。

「自分たちで回路を設計すること自体が初めての経験でした。航空業界ではまだまだ少ないEVですから、最初は本当に手探りのスタートでした。配線図を描いては、技術者同士で意見をぶつけ合い、また、当初から協力してくださった『電気自動車普及協会』の方々のアドバイスも頼りに、少しずつ知識を深めながら仕上げていった、そんな感じです。今になって思うと、最初のころに自力で描いた配線図では、おそらくベルトローダーは、まったく動いてくれなかったと思います」

15年の継続使用が可能に 他の特殊車両のEV化も構想中

そして、今年2月27日。ついに通電に成功し、廃車予定のベルトローダーはEVとして蘇った。3月7日にはANAMS敷地内を走行、荷役部分もしっかり稼働することを確認。以降、実使用を目指し、試験走行を繰り返している。

「走行や荷役に必要な性能、それに操作感も、従来のディーゼルエンジン仕様のベルトローダーと同等に仕上がりました」

そう言って胸を張った小暮たちの弛（たゆ）まぬ努力により〝寿命〟が尽きかけていたベルトローダーは、さらに15年ほどの継続使用が可能になった。

「EV化によって低騒音、低公害の車両として生まれ変わりました。何より、この1台のベルトローダーのコンバージョンで、年間2・1トンのCO_2排出量削減が見込まれています」

ANAが保有するベルトローダーは386台。GSE全体では、およそ1万4千台が全国の各空港で稼働している。

「現在、2台目のベルトローダーのコンバージョンに取り組んでいて、来年早々には通電できると思っています。将来的には他のGSE、たとえば、飛行機を乗り降りするお客様にご利用いただく階段付き車両『パッセンジャーステップ』などもEV化してみたいと、同僚とも話しているんです」

さらに多くのCO_2排出量削減へ、期待は膨らむばかりだ。

EV化したベルトローダーの〝心臓部〟を披露する小暮。「60分ほどの充電で、忙しい羽田空港国内線でも一日、十分に稼働できます」

2023-24シーズン新国立劇場バレエ団公演
『くるみ割り人形』
撮影：長谷川 清徳

バレエ研修所

トップレベルのダンサーをめざして

新国立劇場バレエ研修所は2001年に開設され、2024年からは原則4年制の全日制一貫研修体系に移行、ジュニアクラスも開講しました。研修生は、日々ダンサーとして必要な技能、知識や教養の習得に努めています。2018年より新国立劇場バレエダンサー育成支援事業「ANAスカラシップ」による海外研修が開始、カナダ国立バレエ学校、ミラノ・スカラ座バレエアカデミーでの研修など、総合的なサポートが図られています。修了者は、新国立劇場バレエ団の主役をはじめ、国内外の第一線の舞台で活躍しています。

廣川 みくり 新国立劇場バレエ団ソリスト
新国立劇場バレエ研修所第11期修了

ANA Scholarship

2016年新国立劇場バレエ研修所を修了し、新国立劇場バレエ団に入団。21年ファースト・アーティスト、23年ソリストに昇格。
2023-24シーズン『くるみ割り人形』『ラ・バヤデール』では主役を務めた。
2024年12月22日(日)、26日(木)、2025年1月4日(土)新国立劇場バレエ団『くるみ割り人形』に主演予定。

NATIONAL BALLET OF JAPAN New National Theatre, Tokyo

新国立劇場バレエ団『くるみ割り人形』
12月21日(土)～2025年1月5日(日)オペラパレス

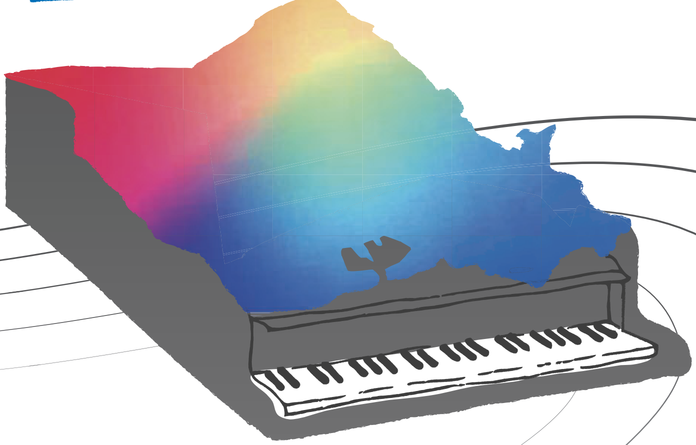
NNT BALLET SCHOOL

新国立劇場バレエ研修所「バレエ・コンサート2024」
11月16日(土)・17日(日)中劇場
協賛：全日本空輸株式会社

NEW NATIONAL THEATRE TOKYO
新国立劇場

ANA

Soaring to the future in harmony.



ANA ʻAha Mele

ハワイと繋がる音楽会

たくさんの人種や文化が集まり、世界中の人々から愛されるハワイ諸島。
この場所が舞台になるからこそ、つくれる未来があります。

私たちANAは、2019年にエアバスA380型機「FLYING HONU」を成田-ホノルル間で運航を始め、同年には音楽イベント「ANA HONOLULU MUSIC WEEK」をホノルルにて開催しました。2022年からは「ANA ʻAha Mele（アハメレ）」と名前を変え、ハワイ文化の継承や環境への理解を深める音楽・文化交流イベントとして毎年開催しています。本年は、11月13日～17日の5日間、ホノルルにて開催します。

旅行者のみなさん、ハワイのみなさん、そして素晴らしいアーティストのみなさんとハワイの未来をいっしょに考えて、創っていく機会になれることを願っています。
1人でも多くの方のご参加を、ホノルルにてお待ちしております。

チケット発売中　コンサート開催 11月14日（木）、16日（土）、17日（日）

ピアニスト辻井伸行さんと
地元アーティストなどによるコンサート

11月14日（木）
in Hawaii Theatre Center

ピアニスト辻井伸行さん
ブランチコンサート

11月16日（土）、11月17日（日）
in Blue Note Hawaii

Halekulani　OUTRIGGER RESORTS & HOTELS　PRINCE WAIKIKI　THE RITZ-CARLTON RESIDENCES　ROLLS ROYCE　SAFRAN　AIRBUS

詳しくは、ANA ʻAha Mele 公式ページをご確認ください。

ANA ʻAha Mele

おべんとうの時間

第212回

三重県四日市市

稲垣鉄工 生産管理課

石﨑菜月さん

写真：阿部了

文：阿部直美

私は、うちの工場で働く女子の〝第1号〟だったんですよ。9年前、高校に来ていた求人を見て決めました。見学に来ると、社長がじきじきに案内してくれたんです。怖そうに見えるけど、おもろい人やなあと思って。鉄工所の夏はきついって言われたけれど、まあ大丈夫やろって。農芸高校では、真夏でも作業着を着て畑で実習をしてたし、ダンス同好会に入ってよさこいを踊ったりもしてたんで。事務職は性に合わないのがわかってたから、現場がよかったんです。

ただ、工場のおじ様たちは女の子に慣れていないから〝ツンツン〟でしたね。鉄骨イコール男の職場。クレーンを使う時にかち合うと「邪魔や、どけろーっ」って怒鳴られる。昭和のオヤジ爆発です。私の仕事は、H鋼(エイチこう)っていう鉄骨に穴を開けたり切断したりする一次加工でした。操作は機械やけど、そもそも機械に取り付けるドリルが重い。はめ込むにも力がいります。鉄を吊(つ)る器具も、チェーンのワイヤーも重い。何をするにも力が足りないっていう問題にぶち当たるんです。高校の先生は、「とにかく3カ月は続けろ」「3カ月続いたら、3年続けろ」って言ってましたけど、最初の1週間、1カ月がとにかく長かったです。10時と15時の休憩時間、本当は一人になりたかったんやけど、おじ様たちの輪の中で過ごしました。「これが、社会人ってもんや」って自分に言い聞かせて。皆は缶コーヒーとたばこ。私はジュース。毎回「何がいい?」って誰かが自販機で買ってくれるのも、申し訳なさすぎて。

1年目は、とにかく必死でした。「これだから女は」って言われたくなくて、気を張ってましたね。たぶん周りは、気にしてくれてたんですよ。クレーンで鉄骨を移動させていると、通りすがりに「こうした方がいいよ」って教えてくれたり、重すぎて器具を引きずっていると手伝ってくれたり。飴(あめ)と鞭(むち)で、時々飴が転がってくる感じでした。

2年目に、工場に第2号の女子が入ってくれたんです。嬉しかったです。自分が指導役になった時、これ重たいやろなってわかるんで、手伝いましたよ。慣れたから一人でできるやろ、っていう問題じゃないんです。「最初はめっちゃ重かった。でも、もう少ししたら慣れて持てるようになるよー」って言って励ましました。2年目は確かに筋肉がついてきて、重い物が持てるようになったんです。事務所の女性が段ボールに入ったコピー用紙をすごく重そうに運んでいるのを見て、「持ったるよ」って。普段鉄骨を持っとるから、何でも軽く感じちゃう。

仕事を始めてから、毎日自分で作った弁当を持ってきてます。1年前に一人暮らしを始めたんですけど、その前から家事はやっていました。両親が離婚して、母と双子の妹との3人暮らしだったんです。私が野菜切るから炒めてね、みたいな感じで、忙しい母に代わって妹と私が料理することが多かったですね。高校時代から、弁当は自分で作って

目次に戻る

おべんとうの時間

ました。晩ご飯の豚キムチをちょっと避けておいて、あとは卵焼きを焼いて夜のうちに弁当箱に詰めておく、みたいな。

工場で働くようになったらとにかくお腹が空いて、運動部の男子並みに食べてましたよ。でも問題は夏で、どうしても食欲が落ちるんです。結局〝そば〟に落ち着きました。毎日そば。飽きると、うどんか素麺。弁当箱に茹でたそばを、そのまま入れてきてましたね。大葉とかネギとか、日によって薬味をちょっと変えて、ちくわチーズくらいなら食べられるからそれも入れて。冷蔵庫にそばつゆを常備しておいて、冷たいのをじゃーっとかけて食べる。入社してすぐの面談で、社長に冷蔵庫が欲しいって言ったんです。飲み物も冷やせるし、それまでなかったことが不思議ですよ。

7年間工場で鉄骨の加工をやって、2年前に工程を管理する部署に変わりました。現場から離れたので、今は夏でも普通の弁当を持ってきています。この9年で工場内はずいぶんと若返りました。しかも、私の後に4人の女子が現場に入りました。実は私の双子の妹も3年前から工場で働いているんですよ。

この仕事を始めてから、〝鉄骨〟がやたら目に入ってくるんですよ。例えば駅。ホームの柱とか天井を見るとH鋼を使っています。「これ、150Wやん」とか「298やな」とか、思わずサイズまで予測しちゃうほど激萌えですね。きれいに溶接できとるなあ、って感心したり。東京へ行ったら、東京タワーです。夜はライトアップされるから、鉄骨がよりキレイに見える。「いつまで見とんの」って友達には引かれます。

うちで扱う鉄骨は梁や柱になる部分なので、普通は隠れて見えないんですね。でも、時々珍しい発注があるんです。動物園のゴリラ・チンパンジー舎とか、神社の宝物館、テーマパークのショップもありました。どれもうちが関わったのは一部ですけど、私は見たいタイプなので実際に行きます。テーマパークのショップは鉄骨が丸見えで、「あの時苦労したやつやー」って、職場の皆で興奮しました。

去年は、社員旅行で石川県へ行ったんです。夜、宿の近くの「あやとりはし」へ。社員みんな、鉄の橋を見て同じ症状が出ちゃう。「どうしてこういう形にしたんやろ」「こう溶接した方がよかったんちゃう？」「きれいやなあ」とにかくおじ様たちは激アツで、鉄の話が止まらない。橋を渡り終わらん、みたいな。この思いを共有できるって、めっちゃ楽しいですよ。

「これだから女は」って言われたくなくて、気を張ってましたね

HENAI NIPPON PROJECT

偏愛日本プロジェクト

Vol.3

三浦半島男二人旅

鉄蓋と地ビールで愉しむ！

design : mk+design

1 三浦市観光インフォメーションセンター

みうらしかんこう

京浜急行電鉄三浦海岸駅から徒歩約5分の所にある観光案内所。館内には市内観光スポットに関するパンフレットがそろっており、旅のスタート地点としてもピッタリです。スタッフにオススメスポットを聞いてみても良いかも。

神奈川県三浦市南下浦町上宮田1450-4
☎046-888-0588

偏愛VOICE

市のシンボル、ウミウとハマユウがデザインされたカラーマンホール蓋が見られます。案内所でマンホールカードももらえる一石二鳥な場所ですよ！

三浦半島の新しい名所を偏愛視点で発掘&発信！

マグロをはじめとした海鮮、城ヶ島公園や三浦富士といった自然が有名なエリア、三浦半島。でも、それしか楽しまないなんてもったいない！真の魅力は他にもあるのです。

今回「新しい視点で名所を探そう！」とこの地に乗り込んだのが、鉄蓋愛好家の白浜公平さんと、B級フード・ご当地グルメ研究家の野島慎一郎さん。「下を見れば、レアで面白いマンホール蓋がある」と白浜さん、「いやいや地面ばかり見てないで！真っ青な空を見上げて飲むクラフトビールが最高なんです！」と野島さん。偏っているけど愛がある2人の〝偏愛〟視点の男旅。今までにない発見と体験ができるはず。

今回の偏愛人

白浜 公平（しらはま こうへい）
鉄蓋愛好家。通称「マンホーラー」。マンホールナイト実行委員。専門誌を中心に連載・寄稿。テレビ朝日系「タモリ倶楽部」をはじめ多数の番組に出演。

野島 慎一郎（のじま しんいちろう）
ライター、B級フード・ご当地グルメ研究家。「週刊プレイボーイ」で連載を持つ他、独創的な料理を開発しSNSなどで配信。最近はクラフトビールを研究中。

→目次に戻る

2 法龍山麦酒（ほうりゅうざんばくしゅ）

僧侶が醸す"テラピスト寺(じ)ビール"が楽しめる醸造所。お釈迦様の教え「唯我独尊」を一文字ずつ商品名にしたビールが人気です。原料の一部に地元の廃棄予定の農作物を使用し、SDGsに貢献している点もポイント。

神奈川県横須賀市久里浜 4-14-1 原ビル 1階
☎046-827-7861　※年明けに店舗移転予定

偏愛VOICE

厳かな雰囲気が漂う、ハイレベルなビールが楽しめる店。定番の中でも「我」は個性的！強い苦みの中に透明感と華やかさが感じられる、重層的な1本。

3 三浦（みうら）ブルワリー

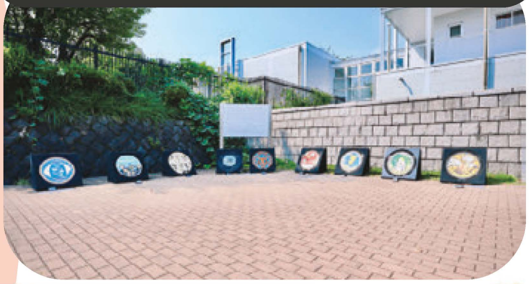
三浦半島最南に位置する、三浦市初のブルワリー。近隣の人気スポットからインスピレーションを受けた定番4種の他、季節ごとの限定ビールもそろいます。タップルームでは地元食材とのペアリングも楽しんで。

神奈川県三浦市三崎1-10-12
☎046-876-8095

偏愛VOICE

城ヶ島公園のお散歩のお供にピッタリ！店の雰囲気もオシャレで素敵です。オススメは、地元愛も感じられる「ミサキマグロアンバー」。魚料理と相性抜群！

4 防衛大学校前（ぼうえいだいがっこうまえ）（マンホール蓋展示（ふたてんじ））



昭和27（1952）年開校の防衛大学校が、2022年11月に開校70周年を記念し展示したマンホール蓋。正門前には横須賀市章、防大校章が描かれた2枚の蓋を中心に、9枚の蓋が並びます。

神奈川県横須賀市走水1-10-20
☎046-841-3810（代表）

偏愛VOICE

横須賀市の多様なマンホール蓋は、街の文化や歴史が感じられるものばかり。特にここでは、各大隊のシンボルが描かれたオリジナルの蓋も見られます。

ANAウインドサーフィンワールドカップ 横須賀・三浦大会 開催！

2024年11月8日から11月12日までの5日間、津久井浜海岸（MAP参照）で開催。第6回目となる本大会は、世界トッププロがヨーロッパを中心に約10か国を転戦するワールドツアーの最終戦。お見逃しなく！

🔍 ANAウインドサーフィンワールドカップ

偏愛東京

愛の数だけ、名所が生まれる。世界に誇る都市としての東京の魅力を広く発信することを目指す、実名による投稿プラットフォーム。初代応援隊長は建築家の隈研吾さん。

公式ホームページ 🔍 https://www.henaitokyo.jp/

今年六月、韓国に行ってきた。ことの発端はロンドンに旅行したいのだがどう思うか、夫に訊いたこと。夫は「ウッ」と躊躇いながらこうつぶやいたのだった。

「ヨーロッパは遠い……」

世の中には、山手線に乗るくらいの感覚で国際線の飛行機に乗る人もいるが、わたしたち夫婦はそうではない。腰が重くて出不精、そんな負の共通点で結ばれた者同士である。海外旅行は未だ、ちょっとドキドキする、特別なイベントなのだ。

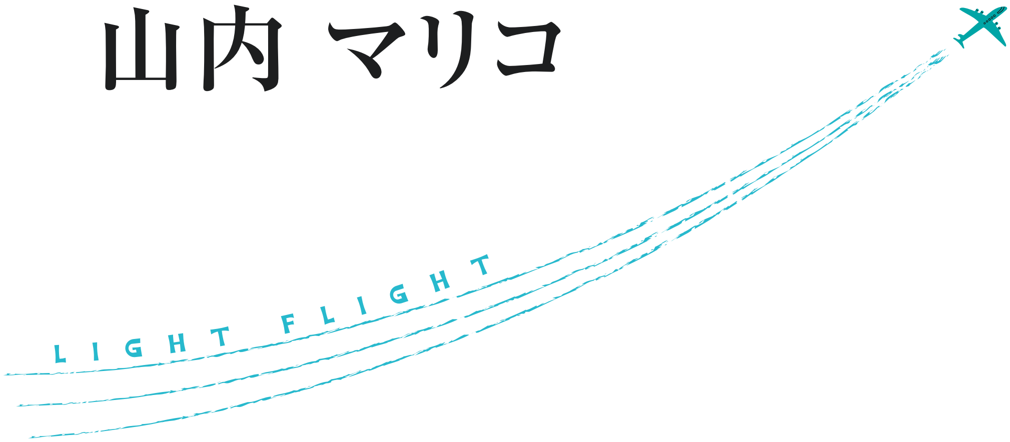
それだから、ロンドン旅行に難色を示す夫の気持ちもよくわかった。コロナ禍で海外旅行から遠ざかっていたところ、いきなりのヨーロッパはたしかにちょっとハードルが高い。まずは近場のアジアで肩慣らしといこうじゃないか。そこで夫に訊いた。じゃあ、どこならいい？　台湾？　韓国？　香港？

ライト、フライト

第25回

書き手

山内マリコ



WOW！

「あ〜まあ、韓国なら」

その一言で行き先は決まった。韓国、行ったことなかったし、ちょうどいいなと思った。

韓国旅行の情報を集めるべく、韓国に今度はじめて行くのだけどおすすめはあるか、会う人会う人に訊いて回った。するとみな一様に驚いていた。「えっ、行ったことなかったの⁉」

そうなのだ。韓国こそが海外旅行先ランキング第一位。旅行サイトの言葉を引用させてもらうと、「日本から約二時間半のフライトで行ける韓国は不動の人気を誇る旅行先！」なのだ。とにかくみんな韓国へ行きまくっている。リピーターたちはほとんど国内旅行感覚で、週末に一人でふらりと行っている。それなのに、わたしときたら、いまだに一度も行ったことがなかった。

なぜか。韓流ブームに乗り遅れたからである。

　とはいえ、それなりに一通りはかじっている。二〇〇〇年代、ポン・ジュノ監督の初期作品に熱狂したし、ヒョンビン主演のドラマ『私の名前はキム・サムスン』は大好きだった。KARAや東方神起が活躍した二〇一〇〜一一年の第二次韓流ブームをほくほくしながら眺め、カラオケに行くと少女時代を歌った。友達に布教されてBIGBANGのコンサートに行ったこともある。二〇一七年頃からは、韓国文学が堰を切ったように翻訳出版されるようになった。わが家の本棚にも斎藤真理子さんによる訳書が少しずつ増えたが、出版点数は見る間に増え、買って読むのがまったく追いつかなくなった。気づいたら自分はすっかり〝韓国カルチャーに詳しくない人〟になっていた。

　そんな私の横で友人たちは、どんどん韓国アイドルの推し活に精を出すようになり、韓国文学に精通し、しょっちゅう韓国に行くようになっていた。韓国カルチャーに詳しい人はなんかかっこいい。おしゃれでイケてる。コスメやグルメまで押さえていた日にゃ、全能の神のごとき威光を放つ。それに比べて自分は……。

　というわけで、韓国に対してどこか腰が引けていたわたしが、ついに彼の地に降り立った。まずは『グエムル ―漢江の怪物―』のロケ地でもある漢江公園へ。映画では不自然なほど人がたくさんいたので、「エキストラ集めすぎでは？」と思っていたが、実は漢江公園でのピクニックは定番の過ごし方なのだ。平日にもかかわらず人出が多くて驚いた。

　それから東大門デザインプラザへ行き、ザハ・ハディッドによる建築を拝んだ。近未来感のあるシルバーの、ダイナミックな曲線美。日本の新国立競技場では実現しなかった、これがザハ建築か……と感慨深く眺める。映画のタイトルにもなっていたミナリ（セリ）を

味わい、オリーブヤング（ドラッグストアの有名チェーン）でお土産を仕入れ、一通り満喫。

　しかしいちばん驚いたのは、ワウパス（WOWPASS）かもしれない。

　ワウパスは二〇二三年七月にサービスが開始された、外国人観光客専用のカード&アプリ。街のあちこちに設置された専用機械でまず物理カードを発行し、機械に日本円を投入したら、レート換算されウォンでプリペイドにチャージされる。つまり両替いらず。どの店のレジにもワウパスが使える端末があるし、交通系ICカードの機能もついているので地下鉄やバスにも乗れる。カードはスマホアプリと紐付けられ、残金や利用履歴の確認もできる。専用機械もアプリも日本語対応、痒（かゆ）いところに手が届いた親切設計、とても便利で高性能、使う人への優しさに溢（あふ）れていた。言ってはなんだが、「マイナンバーカードとはいったい……」と天を仰いだ。

　外国に行くと多かれ少なかれ、見たことも聞いたこともないものを知る。古代から人々は海に船を出して季節風に乗り、交易をしていたけれど、それは自分の国にはないすごいもの、新しいものと出会うためだった。今回わたしが持ち帰ったすごいもの、新しいもの、ワウパス。たまにアプリを立ち上げては残金の五万ウォン（約五千円）を確かめ、韓国再訪に思いを馳（は）せている。この便利なアイテムを、もっと使いたくて。

　その旅行のひと月後、わたしは意外な場所で韓国と再会した。

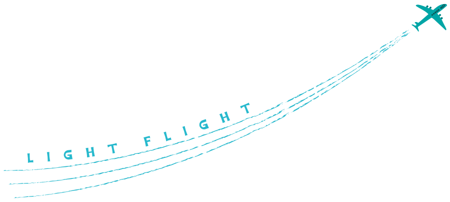
　二泊三日で訪れた広島県福山市の港町、鞆（とも）の浦（うら）。ジブリ映画『崖の上のポニョ』の舞台のモデルとなったことで知られる小さな町だ。坂本龍馬が乗っていた海援隊の船が衝突事故で沈没。賠償を求めた談判で、立ち寄った町でもある。談判の舞台となったゆかりの町家であり、リノベーションに宮崎駿監督が一役買ったことでも知られる「御舟宿（おんふなやど）いろは」に、泊まってみたいとずっと思っていたのだ。

　風情のある古い町並み。海へとつづく石階段は雁木（がんぎ）と呼ばれ、わたしが近づくと一斉に蟹（かに）が逃げた。見下ろした海面には、くっきりと魚の影が。海と人間界が近い、ポニョ独特の世界観そのままだった。

　鞆の浦から瀬戸内海を眺めると、ぽっかりと姿よく、仙酔島（せんすいじま）が浮かぶ。その絶景を望める格好のスポットが、高台に立つ福禅寺（ふくぜんじ）「対潮楼（たいちょうろう）」だ。ここは〈朝鮮通信使〉ゆかりの場所という。

　豊臣秀吉が朝鮮に軍を送った侵攻以降、国交が途絶えていた両国だが、徳川幕府を開いた家康の時代に、朝鮮から国王の使節団が派遣されることになった。首都である漢城（現在のソウル）から江戸まで、二千キロの旅路。釜山（プサン）から木造船で対馬（つしま）、壱岐島（いきのしま）、下関、瀬戸内海を通って大坂へ行き、京都

PROFILE
Mariko Yamauchi
小説家。映画や服飾文化に造詣が深いことで知られ、中でも着物好きとして広く共感や憧れを集める。この10月には、自身の着物との出合いや付き合い方について親しみやすい口調で綴った人気連載の『きもの再入門』（KADOKAWA）が待望の単行本に。



からは陸路での移動となる。五百人規模の大使節団はここ鞆の浦にも立ち寄った。その際に迎賓館として使われたのが、「対潮楼」なのだ。

江戸幕府というと鎖国のイメージが強いが、計十二回にもわたり派遣された朝鮮通信使によって、朝鮮王朝との外交関係を良好に保っていたわけだ。使節団には音楽家なども同行したといい、文化交流も盛んだったとか。

やはり文化なのだ！

そうして八月、わたしの姿は都内のK-POPダンススクールにあった。運動不足解消と、なにかこう、楽しい気持ちになりたかったので。NewJeansを一曲くらいマスターして、カラオケで完コピのダンスを突如披露し、みんなを驚かせるのが夢だ。

イラスト：ソレイユ・イグナチオ
編集：山下美咲

→目次に戻る

郵便飛行 Yubinhiko

一度は見たかったねぶた祭り。笑いが絶えない二泊三日に

坂田 由美

一人では叶わなかったツアーが、お着物友達のおかげで実現しました。根がお祭り好きな私達の道中は常に笑いが絶えない二泊三日に。まず青森空港で顔出しパネルを見つけて気分はラッセ～ラ～。

観覧席に腰掛けて「ねぶた回してぇ～」の声に眼の前で上下左右に襲いかかる迫力満点の大型ねぶた。今夜だけはねぶた推しの黄色い声援のおばちゃん達。皆大興奮！ 毎年ねぶたのために青森入りされる方のお気持ちにも納得です。ラッセーラーラッセーラー……一度はこの目で見たかったお祭りでした。来年は秋田？ 仙台？

初ヨーロッパはウィーン 美しい街並みに感動

高野 一彦

羽田空港からウィーン便の再開を聞き、早速特典航空券を検索。運良く、夏休み期間に取れたので行ってきました。

初ヨーロッパ、日本より涼しいと思っていましたが、34度。その暑い中、宮殿、美術館、旧市街、美しい街並みを散策。街の至る所が観光地なので、何日でも楽しめるウィーンでした。次回は、クリスマスマーケットの時が良いですね。さらに綺麗な街並みが見られるでしょう。

30年ぶりの北海道旅行 時間と距離を超えた夏の贈り物

住田 千代

「こつこつ貯めたマイルだから、いい旅をしなくちゃ」と、80歳になる母の、東京の学生時代のお友達玲子さんを訪ねる旅に、二人で出掛けました。私が大学生の頃、夜行列車と青函連絡船で訪れた初めての北海道で、玲子さんの釧路のおうちに泊めてもらってから約30年。

猛暑の広島を離れ、気温22度の別世界で、ツルの舞う釧路湿原、硫黄山、霧の摩周湖などを再び巡りました。玲子さんには食べ切れないほどの花咲ガニやホタテ、しまエビなどの北海道の海の幸を食卓でご馳走になり、母は約60年前の学生時代の思い出話に花を咲かせていました。時間と距離を超えた再会は、ANAからもらった夏の贈り物です。

お便り募集

郵便飛行では、皆様の旅の思い出をお待ちしています。原稿は250字程度、スナップ写真を添えて電子メールでお寄せください。お名前(フリガナ)、ご住所、電話番号の明記もお忘れなく。採用させていただいた方には、Amazonギフト券3,000円分をお贈りします。

宛先
電子メール
ml_prj_tsubasayubinhiko@ana.co.jp
(件名に「郵便飛行お便り募集係」と明記してください)

3,000円分 プレゼント!

※掲載者の発表につきましては本誌での発表をもってかえさせていただきます。
文字数が多い場合等は、掲載の際に編集する可能性があります。ご了承ください。掲載されたお便りは『翼の王国』朗読版でもご紹介させていただきます。
※主催:『翼の王国』編集部　※Amazon はAmazon.com, Inc.またはその関連会社の商標です。

ANAグループ機内誌『翼の王国』アンケートご協力のお願い

ANAでは、今後のよりよい誌面づくりに向け、アンケートを実施しています。ご協力いただいた方の中から抽選でご当選された方に賞品をお送りします。QRコードよりアンケートフォームへお進みいただき、お答えください。10分ほどで完了する内容です。ぜひご協力をお願いします。

賞品　色やサイズなどはお選びできません。

A賞　（10名様）

イレーズ 抗菌防臭タオルセット

「洗濯100回後も抗菌防臭効果が持続する」特別なタオル。ミニハンカチ、フェイスタオル、バスタオルの3枚のセット。

B賞　（5名様）

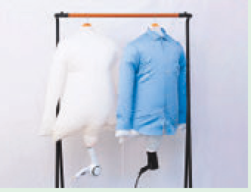
秋田杉 アロマスプレー

秋田杉エッセンシャルオイルと白神山地の水を使用したルームスプレー。

C賞　（5名様）

KITAO MATCHA

オーガニック抹茶を配合したクリーンビューティーブランド「KITAO MATCHA」。シンプルで上質なスキンケアシリーズ。クレンジングクリーム、ウォッシングパウダー、エッセンスローション、フェイシャルクリーム、ナイトスリーピングマスクの5点セット。



D賞　（3名様）

コツカンエアロダクト THE ロング

着替えが減らせる衣類乾燥バルーン。抜群の携帯性と素早い乾燥で荷物をコンパクトにできる。

応募締切：毎月月末

詳しくは
アンケートフォームをご覧ください。

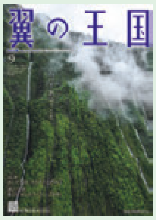
当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。
アンケートでは、お名前・ご住所・電話番号をお伺いします。
ご応募はひと月あたりお一人様1回限りでお願いします。

『翼の王国』バックナンバーのお知らせ

紙版（冊子）は、オンライン書店よりご購入いただけます。単品購読は1冊545円（消費税・送料込み）。定期購読は1年（12冊）5,995円（消費税・送料込み）。

購入ページはこちら

2024年10月号
海外特集／ミラノ
国内特集／宮古島

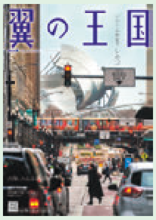


2024年9月号
海外特集／ハワイ
国内特集／会津

2024年8月号
海外特集／ウィーン
国内特集／東京

2024年7月号
海外特集／ベルギー
国内特集／礼文島

2024年6月号
海外特集／ソウル
国内特集／和歌山



2024年5月号
海外特集／シカゴ
国内特集／大阪

老舗「梅ヶ枝荘」の大村寿司

長崎　グルメ

大村市の郷土料理「大村寿司」華やかでほんのりと甘い押し寿司です

大村寿司は、お祝いの席や祭りの日など特別な場面で出される大切な郷土料理です。木製の浅い箱“もろぶた”の中に、甘めの酢飯と、煮付けた野菜、カマボコを重ね入れ、錦糸卵を敷き詰めたものを、5センチ角に切って仕上げる押し寿司です。押し寿司のためご飯はもっちりとしており、具材と馴染み、優しいおいしさです。老舗「梅ヶ枝荘」は桜の名所の大村公園（玖島城跡）内に店舗があり、江戸時代には店主が台所番として大村藩に仕えていたというお店です。風情ある建物の中で、郷土料理の大村寿司を食べてみんね！

梅ヶ枝荘
tel：0120-52-1389

宮城　イベント

阿武隈ライン舟下り「いも煮舟」― 舟に乗って、いも煮も食べて ―

阿武隈川は東北第二の大河で、江戸時代から重要な物資輸送路として利用されてきました。この舟運の歴史を伝えているのが、阿武隈川を屋形船に乗ってゆったりと下る「阿武隈ライン舟下り」です。この一帯は県立自然公園となっており、四季折々に移り変わる両岸の風景を堪能することができます。11月末までは丸森町産の食材をたっぷりと使った宮城のいも煮を船内で味わえます（要予約）。目で楽しむもよし、舌で味わうもよし、耳で川の音に癒されるもよし。季節の訪れを全身で感じてください。

阿武隈ライン舟下り
tel：0224-72-2350

「いも煮舟」の2024年開催期間は、10月1日（火）～11月30日（土）

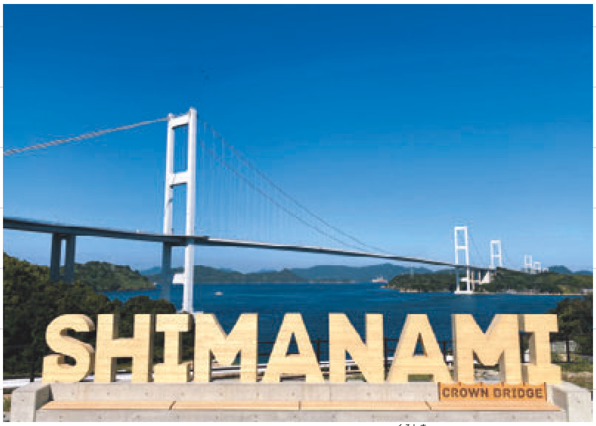
目の前に広がるススキ野原は壮観。例年は9月下旬頃から

和歌山　観光

360度 ススキ野原！人気の絶景スポット「生石高原」

標高870メートルに位置する生石高原（おいしこうげん）は、360度の眺望と四季折々の草花が美しい人気のスポットです。特にススキの大草原が有名で、関西一円から多くの観光客が訪れます。高原内には写真映えスポットとして評判の「火上げ岩（ひあげいわ）」もあります。山上からは遠く六甲や淡路、四国まで見渡せます。ススキの見頃は9月下旬から11月中旬ですが、その年の気候によって変化します。直近の様子は下のQRコードから確認できますので、チェックしてください。秋の旅行先としてぜひ訪れてみてください。

山の家おいし
tel：073-489-3586



「クラウン・ブリッジ」の愛称を持つしまなみ海道最大の「来島海峡大橋」

愛媛　観光

風光明媚なサイクリストの聖地へ「しまなみ海道」

サイクリングを通した「健康」「生きがい」「友情」を育む「自転車新文化」の普及・拡大を目指す愛媛県。初級者から上級者まで幅広いサイクリストが満足できるサイクリングコースの宝庫です。なかでも有名なのが、サイクリストの聖地「しまなみ海道」。日本を代表するナショナルサイクルルートにも認定されており、高速道路上をサイクリングできるイベント「サイクリングしまなみ」も2年に一度開催されます。愛媛と広島の両県にまたがる島々をつないだ魅力あるロードを自転車で楽しめます。

CYCLING EHIME

熊本　スポーツ

スポーツの島“天草”へ ANA社員アスリートと市民との交流

熊本県天草市は市内全域において、市民の健康づくりや子どもの体力増進および競技力が向上する環境づくりに取り組んでいます。同時に、スポーツ大会や合宿の誘致により、市外から多くの来訪者を呼び込んでいます。ANA社員アスリートは天草市スポーツコミッションと連携して、年間を通して「市民とアスリートとの交流」を行っています。すべての市民がそれぞれのライフスタイルに応じて、生涯にわたってスポーツや運動に親しむことで、健康増進や競技力の向上が図れる環境づくりを目指す天草市。スポーツ大会や合宿で訪れてみませんか。

天草市スポーツコミッション
tel:0969-24-8858

「市民とANA社員アスリートとの交流」陸上教室で子どもたちと一緒に

毎年12月17日から19日に行われる「浅草寺歳の市」（浅草寺宝蔵門前）

東京　イベント

江戸から350年続く「浅草寺歳の市」（12月17～19日）

浅草寺境内にて毎年年末に行われる「浅草寺歳の市」。通称「羽子板市」と呼ばれていますが、現在では国指定の伝統的工芸品などの店も約20種、数十軒が並び、ワークショップも体験できます。今年は歌舞伎役者の店もあり、歌舞伎役者や浅草芸者と写真を撮ることもできます。約1400年の歴史をもつ、東京最古の名刹である浅草寺は、国内有数のパワースポットでもあります。開催時間は午前9時から午後7時半（予定）まで（最終日は午後7時まで。雨天決行）。大江戸助六太鼓などのイベントもあります。

東京歳之市羽子板商組合
tel:090-3227-8438

ニュース

羽田空港ANA国際線は 第2・第3旅客ターミナルを使用しています

■羽田空港ANA運航の国際線出発便·使用ターミナル

路線＼出発ターミナル	第2旅客ターミナル	第3旅客ターミナル
北米・太平洋路線	ホノルル、ニューヨーク	ワシントンD.C.、ロサンゼルス、ヒューストン、シアトル、シカゴ、サンフランシスコ、バンクーバー
ヨーロッパ路線	フランクフルト、ミュンヘン、ロンドン、パリ、ウィーン、ミラノ、ストックホルム、イスタンブール	ー
アジア・オセアニア路線	バンコク、シンガポール、ジャカルタ、シドニー、ソウル(金浦)、台北(松山)、香港、上海(虹橋)、深セン、広州	ホーチミンシティ、北京、青島、マニラ、クアラルンプール、デリー、上海(浦東)

※他航空会社が運航する国際線およびコードシェア便は第3旅客ターミナルからの出発・到着となります。※対象期間は2024年10月27日(日)～2025年3月29日(土)ご搭乗分までとなります。※到着便のターミナルは出発便とは異なる場合があるため、ご自身でご確認ください。
※ANA国内線の使用ターミナルに変更はありません。

ANAが運航する羽田空港発着の国際線は「第2旅客ターミナル」と「第3旅客ターミナル」の両方を使用しています。路線ごとにターミナルが異なるため、ご出発前にご利用便のターミナルをご確認のうえ、空港へお越しください。

ターミナルの確認方法

〈出発便〉 eチケットお客様控えへの表示／ANAウェブサイト（予約確認・空席照会・運航状況の案内ページ）／ANAがお送りするメール／SMSおよびアプリプッシュ配信
〈到着便〉 ANAウェブサイト（運航状況の案内ページ）

▶ 詳しくはQRコードのウェブサイトでご覧ください。

ANAトラベラーズ／ニュース

北海道・東北・関東・信越・北陸 スキー&スノーボード特集 2024-2025 好評発売中！

ニセコ(イメージ)

2024-2025ウインタースポーツシーズン目前！北海道・東北・関東・信越・北陸の人気エリアで、おトクなプランをご用意しております。今年の冬はANAでスキー＆スノーボードを楽しもう！

イチオシポイント

- ANAトラベラーズダイナミックパッケージ(航空券＋宿泊)なら旅のスタイルにあわせて自由に旅行を組み立てられます。
- 北海道・東北の一部エリアでは、往復スキーバスやJRも一緒に予約可能なダイナミックパッケージも設定！
  さらに、スキーならではのリフト券付きプランなど、種類豊富なプランをご用意しています。
- 北海道限定！　リフト・ゴンドラ券はもちろん、スキー＆スノーボードレンタルやウエアレンタルがおトクに使える電子チケット「ANAスキーリゾートチケット」をご購入いただけます。

▶ 詳しくはQRコードのウェブサイトでご覧ください。

INFO 03

ANA FESTA ／ニュース

空港売店ANA FESTAで使えるおトクなクーポン ANAマイレージクラブアプリに掲載中！

ANAマイレージクラブアプリに、ANA FESTAでのお買い物で使えるおトクなクーポンを掲載中です。ANA FESTAがある空港を訪れた際、位置情報をONにして、ANAマイレージクラブアプリのホーム画面に表示されるANA FESTAクーポン案内アイコンをタップ。あとはクーポンのバーコードをレジで提示するだけ。この機会にANAマイレージクラブアプリをダウンロードしてANA FESTAでのお買い物にご利用ください。

※クーポンには利用条件がございます。
アプリ内クーポン画面の注意書きをご確認ください。
※位置情報がOFFの場合はサービス一覧画面からご利用ください。

詳しくはQRコードのウェブサイトでご覧ください。

INFO 04

ANAふるさと納税／ニュース

【ANAのふるさと納税】 ANAのCAが選ぶ返礼品特集

ふるさと納税の返礼品は、普段は食べないような食品を選んだり、少し贅沢を感じられるような品を選んだりする方も多いのでは？　全国各地のおいしい返礼品はぜひチェックしたいところ。今回は、ANAのCA（客室乗務員）が2023年に実際に寄付したおすすめの返礼品をご紹介します。全国の名品グルメをご自宅で楽しんでみてはいかがでしょうか。また、ANAのふるさと納税ではANA Payを使うことによってマイルでの寄付が可能に。ANA Payでマイルをチャージして寄付をしてみませんか？

詳しくはQRコードのウェブサイトでご覧ください。

ANAのCAが選ぶ返礼品特集

ANAのふるさと納税活用術

ニュース

日常でも旅先でもおトクに貯まる！「ANAグルメマイル」をご存じですか？

「ANAグルメマイル」は、マイルが貯まる飲食店の検索・オンライン予約が可能なグルメサイトです。旅行先でその土地ならではの味と出合う、思い出深い旅の一ページを「ANAグルメマイル」でつくってみませんか？

ANAグルメマイルの貯め方ガイド

①ネット予約で貯まる！
②ANAカード提示で貯まる！
③ANAカード決済で貯まる！

※①＝ディナー1名あたり30マイル
※②③＝100円につき1マイル

詳しくはQRコードのウェブサイトでご覧ください。

ニュース

マイルが貯まる・使える ANAのおせち特集

ANA公式ECサイト「ANA Mall」「ANAショッピング A-style」「ANA マイレージモール」から、お正月に欠かせない“おせち”のご案内です。毎年大好評のANAオリジナルおせちをはじめ、有名店や百貨店のこだわりおせちや個性派おせちなど、多彩なラインナップを取り揃えております。ANA MallとANAショッピング A-styleでは、ご購入でマイルが貯まるだけでなく、お持ちのマイルを1マイル＝1円としてご利用可能です。また、ANA マイレージモールでは、経由ののち提携ショップサイトからのご購入でマイルが貯まります。期間限定キャンペーンも実施しておりますので、ぜひご利用ください。

詳しくはQRコードのウェブサイトでご覧ください。

INFO 07

ANA Mall ／ニュース

ANAカード決済限定！ ANA Mall 3倍マイルキャンペーン2024秋

■キャンペーン期間：
2024年10月1日(火)～11月30日(土)

「ANA Mall」は、商品数100万点以上を保有する幅広いラインアップが魅力の総合ECモールです。今なら参加登録のうえ、ANAカードで決済をしていただくと、通常100円（税込み）につき1マイルのところ、3マイル貯まるおトクなキャンペーンを実施中！ キャンペーン期間中にぜひANAカードをご利用ください。また、「ANA関連グッズ特集」では、ANA FINDS商品をはじめ、オリジナル商品や機内サービス提供品を多数取り揃えています。ANAと旅を身近に感じることができる商品を、この機会にお買い求めください。

※2024年9月26日（木）時点の情報です。予告なく変更や売り切れとなる場合があります。
※ANA MallはANAカードマイルプラス対象サービスです。
※ANA Mallの利用登録には、ANAマイレージクラブへの登録が必要です。

▶ 詳しくはQRコードのウェブサイトでご覧ください。

ANA 関連グッズ 特集

ANAカード 3倍マイル キャンペーン

INFO 08

ANAでんき／ニュース

マイルで照らす旅と暮らし

いつもの電気代でおトクにマイルを貯めませんか？　ANAでんきでは、毎月の電気代にかかわらずANAカード会員様なら年間合計最大3,600マイルがもらえます。電気が届く仕組みも変わらず、切り替えは簡単、手数料もかかりません。さらに貯めたマイルで特典航空券へ交換したり、お買い物が楽しめます。ぜひこの機会にANAでんきにご契約ください！

▶ 詳しくはQRコードのウェブサイトでご覧ください。

ニュース

【ANA エアラインスクール】全国各地の空港で開催 キャビンアテンダントコース・グランドスタッフコース 開講のお知らせ

■開催予定空港：成田国際空港、関西国際空港、新千歳空港、福島空港、中部国際空港、福岡空港、那覇空港

航空業界に興味のある学生から大人気のANAエアラインスクールの各コースを、全国の空港で開催いたします！　現役の客室乗務員やグランドスタッフが講師となり、「チームスピリット」「おもてなしの心」を醸成するプログラムです。空港内部を見学できる空港実務体験もあり、各空港の特色を感じられます。さらに現役社員との座談会などを通して、ANAグループの“イマ”をお伝えします。開講にあたり各地で説明会も実施します。ウェブサイトだけでは語り切れない情報をお伝えいたしますので、気になった方はまずは説明会からご参加ください。

※プログラムの内容によっては一部空港以外での実施となる場合もございます。
※定員になり次第締め切らせていただきます。

▶ 詳しくはQRコードのウェブサイトでご覧ください。

ニュース

「ANA ART TRANSIT」11月作品のご紹介 ～ANAマイルでアートが買える！～

朝山まり子

木下友梨香

旅・地域・多様性をキーワードに社会とアートを繋ぐポータルサイト【ANA ART TRANSIT】では、国内外のアートプロジェクトや、世界各地で活躍する現代アーティストたちを幅広くご紹介しています。今回は「ONE有明アートフェスティバル2024」（9月28日～12月8日開催）に合わせ、同イベントに出展している、九州にゆかりのあるアーティストの作品をご紹介します。花農家で育った生い立ちを元に、幼少期に見た記憶の中の花や植物を抽象的に描く木下友梨香、園芸・造園への関心から、美しい日本の自然風景を収める朝山まり子の写真作品をANAショッピング A-styleにて取り扱います。ANA ART TRANSITのサイトでは、他にも様々な地域のアートイベントや作品を掲載していますのでぜひお楽しみください！

※ANA公式のショッピングサイト「ANAショッピング A-style」では、貯めたマイルを使って「1マイル＝1円」としてご利用いただけます。

▶ 詳しくはQRコードのウェブサイトでご覧ください。

INFO 11

ニュース

ANAグループは「デコ活」に賛同しています

デコ活
くらしの中のエコろがけ

ANAグループは、2050年度までにグループ全体のCO_2排出量を実質ゼロ、プラスチックや紙など資源類の廃棄率をゼロ、機内食など食品類の廃棄率を2.3%（2019年度比半減）以下にするなど、具体的な数値目標を掲げて環境負荷の低減に取り組んでいます。ANAグループはSDGs達成に貢献することを目指して、日々の生活・仕事の中で脱炭素に繋がる新しい豊かな暮らしを創る国民運動「デコ活※」を推進します！

※デコ活：二酸化炭素(CO_2)を減らす(De)脱炭素(Decarbonization)と、環境によいエコ(Eco)を含む"デコ"と活動・生活を組み合わせた新しい言葉。

詳しくはQRコードのウェブサイトでご覧ください。

INFO 12

お客様の声にこだわっています

ビジネスクラスで 現地ならではの軽食のご提供を開始しました

【お客様の声】
仕事やプライベートでよく利用しています。機内食をいただく機会も多いので、現地の食材を使用したメニューなどがあれば、より新鮮な気持ちで食事を楽しむことができます。

ANAでは、海外空港発のビジネスクラスの軽食において、ローカルフードのご提供を開始しました。シンガポール発ではシンガポールチキンライス、バンコク発ではガパオライス、ジャカルタ発ではミーゴレン、クアラルンプール発ではシーフードフライドライスヌードルをご提供しています（ご希望に添えない場合もございます）。現地の味覚を味わいながら、思いのままの時間をお過ごしください。

ご意見・ご要望デスク
0120-029-787
携帯電話をご利用の場合
0570-029-787（全国一律料金）

国際電話をご利用の場合など
03-6735-7922（有料）
受付時間 9:00 ～ 17:00（年中無休）

ANAのサービスについてのご意見・ご要望をお寄せください。
※機内にはご意見をご記入いただける用紙「お客様の声」を搭載しています。客室乗務員にお声をおかけください。

ご意見・ご要望

ご搭乗に際してのお願い

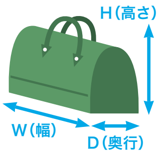
航空法に基づく保安検査の義務化について

凶器や危険物の航空機内への持ち込みは航空法により禁止されています。また、航空法改正に伴い2022年3月10日から、航空機搭乗前の保安検査の受検が義務化されます。 保安検査を受けずに保安検査場より先に進んだ場合、航空法違反となり、1年以下の懲役または50万円以下の罰金が科せられる場合があります。ご搭乗の際は、保安検査員や関係職員の指示に従い、保安検査を受検いただきますよう、お願い申し上げます。

機内安全のため、持ち込み手荷物削減にご協力をお願いいたします

機内持ち込み手荷物について
(お1人様1個まで)

機内で安全かつ快適にお過ごしいただくために、機内へ持ち込めるお手荷物は、身の回り品（ハンドバッグ、カメラ、傘など）のほか、下記の条件のお手荷物1個となります。なお、下記のサイズ以内のお手荷物の場合でも、客室内に収納できない場合にはお預かりの手荷物として貨物室に搭載させていただく場合がございますので、ご了承ください。下記サイズを超えるお手荷物（キャリーバッグ、ベビーカー、麻袋など）はお預けください。



※3辺の合計には付属品（ハンドル・車輪など）を含みます。

お持ち込みお手荷物のサイズ

	3辺の合計	H（高さ）	W（幅）	D（奥行）	重量
ANA（下記を除く） エア・ドゥ、ソラシド エア(SNA)、スターフライヤー	115cm 以内	55cm	40cm	25cm	10kg まで
ANA（機種Q4A） IBEXエアラインズ、オリエンタルエアブリッジ	100cm 以内	45cm	35cm	20cm	10kg まで

機内でのお願い

安全かつ快適にお過ごしいただくため、お手荷物は座席上の共用収納棚、または前の座席の下に収納してください。通路・非常口付近など、非常時に脱出の妨げになる場所へお手荷物を放置することは、法令で禁止されています。前に座席のない席（スクリーン前・隔壁前）は、足元にお手荷物は置けません。お客様の安全のため、収納状況が適切でない場合には客室乗務員が声をかけさせていただきますので、指示に従ってください。

● ギターなど楽器類

機内持ち込みサイズを超える楽器（ギターなど）は、あらかじめお客様にて梱包のうえ、カウンターにてお預けください。機内に持ち込む場合には、別途料金が必要となる場合がございますので、ご予約の際にお問い合わせください。国内線では、ギター、小型楽器（90㎝以内）、コントラバス専用の輸送ケースもご用意しております。詳しくは、予約センターまでお問い合わせください（ただし、使用状況によりご用意できない場合もあります）。

● キャリーバッグにご注意ください

機内の収納スペースには限りがあるため規定サイズ内でも持ち込みできない場合があります。

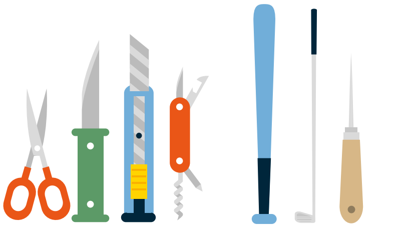
● ライターは1人1個まで

喫煙用のライターはお1人様1個に限り、持ち込みができます。オイルタンク式、葉巻用ライター、プリミキシングライター（ターボライター、ジェットライター、ブルーフレームライター等）、不測の作動防止機能のないリチウム電池で駆動するライターは持ち込みできません。ライターの置き忘れにご注意ください。

機内持ち込み制限品の取り扱いについて

ハサミ・ナイフ類、その他凶器となり得る物品をお持ちの場合は、手荷物カウンターでお預けいただくか、「放棄品箱」へ廃棄願います。保安検査強化にご理解とご協力をお願いいたします。また、引火性物質等の危険物は航空機内への持ち込み、およびお預かり手荷物としての取り扱いはできません。危険物を所持している場合は、出発保安検査場に設置されている「放棄品箱」に廃棄願います。

- 刃物類の機内への持ち込みは航空法違反となり、2年以下の懲役または100万円以下の罰金が科せられる場合があります。



ナイフ/ハサミ類　先の尖った物/バット類

※モデルガン等の凶器類似品等も機内持ち込み禁止です。

国土交通省：航空機搭乗前の保安検査を受けるにあたっての注意事項について

詳細

【国際線】TOPICS

機内持ち込み手荷物の制限

❶ 1容器あたり100mℓを超える液体物・ジェル・エアゾール類を機内にお持ち込みいただくことはできません。

❷ 1容器あたり100mℓ以下の液体物・ジェル・エアゾール類は個数にかかわらず機内持ち込み可能です。ただし、保安検査および搭乗の際に1ℓ以下の再封可能なジッパー付保存袋1枚に入れ、機内持ち込み手荷物とは別に検査を受ける必要があります。容器の大きさが100mℓを超えるものは、中身の液体の量が100mℓ以下でも持ち込みは不可となります。

❸ 保安検査後の免税店等で購入した液体類は機内持ち込みが可能です。ただし、海外で乗り継ぎをする場合には、没収などの可能性がありますので、当該国のルールに従う必要があります。

※日本で乗り継ぎがある場合、機内で購入された免税品であっても上記❶❷のルールが適用となり100mℓ以上のものは没収となります。詳細はANA SKY WEBをご覧ください。

ライターの制限（海外空港発便）

中国（香港を除く）、インド、フィリピン、ミャンマーを出発する全便において、航空機へのマッチ・ライターの持ち込みは禁止されています。お預けになる手荷物の中に入れることも禁止されていますのでご注意ください。

お客様のご理解とご協力をお願いいたします。

ANAおからだの不自由な方の相談デスク

ANAおからだの不自由な方の相談デスクでは、病気やけが・障がいによりおからだの不自由なお客様に、安心して快適な空の旅をお楽しみいただけますよう、航空機のご利用に関するご相談やご希望を伺っております。

以下のお客様は必ず事前にお知らせください。

- ▶ 機内で医療用酸素ボンベや酸素濃縮器（POC）を使用されるお客様（医師の搭乗許可・診断書が必要です）
- ▶ その他の医療機器を使用されるお客様
- ▶ ストレッチャー（簡易ベッド）を使用されるお客様
- ▶ 保育器を使用されるお客様
- ▶ その他機内で特別な医療行為を必要とされるお客様
- ▶ お手伝いが必要な方が10名以上いらっしゃる団体のお客様

TEL 0120-029-377
0570-029-377（全国一律料金）
☎ 03-6741-8900
※携帯電話からはフリーダイヤルをご利用いただけません。
FAX 0120-029-366（年中無休 9：00～17：00）

ANAでは、耳や言葉が不自由で電話ができないお客様へ、TV電話での手話やチャットなどを使い、リアルタイムでANAオペレーターとやりとりができる「ANA専用代理電話サービス」をご提供しております。 詳細

機内で安全かつ快適にお過ごしいただくために

ご搭乗の皆様にご協力いただく事項がございます。

Tips for a Safe and Comfortable Flight

We ask for your cooperation on the following matters.

Consejos para un Vuelo Seguro y Cómodo

Le pedimos su cooperación en lo siguiente.

深部静脈血栓症 / 肺塞栓症（いわゆるエコノミークラス症候群）の予防

To Reduce the Risk of Deep Vein Thrombosis / Pulmonary Embolism (So-called Economy-class Syndrome)

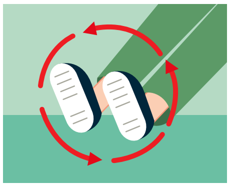
Para Reducir el Riesgo de Trombosis Venosa Profunda o Embolia Pulmonar (el denominado Síndrome de la Clase Económica)

長時間同じ姿勢で座っていると、足の静脈にうっ滞が起こり、血のかたまり（深部静脈血栓）が生じることがあります。この血のかたまりの一部が血流に乗り、肺に流れて肺の血管を閉塞してしまうと（肺塞栓）、胸痛や息切れが起こり、最悪の場合には死に至ることもあります。深部静脈血栓症を予防するために適度の水分を摂り、アルコールは飲みすぎず、足の運動をこまめに行いましょう。

Sitting cramped for long periods may interfere with blood flow, and consequently, a blood clot develops in the deep leg veins (Deep Vein Thrombosis; DVT). A blood clot may travel to the blood vessel of the lungs causing a blockage. This is called a pulmonary embolism, which cause a chest pain, difficulty of breathing and may be fatal. In order to prevent DVT, drink sufficient water, moderate your intake of alcohol, and stretch your legs frequently.

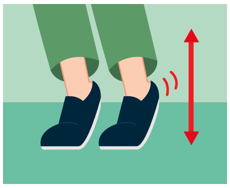
Sentarse en un espacio estrecho por largos periodos podría interferir con el flujo sanguíneo, ocasionando la formación de un coágulo sanguíneo en las venas profundas de las piernas (Trombosis Venosa Profunda; TVP). Un coágulo sanguíneo podría viajar hasta los vasos sanguíneos de los pulmones y causar una obstrucción. Esto se denomina embolia pulmonar, lo que causa dolor en el pecho y dificultad para respirar, pudiendo en algunos casos ser fatal. Con el fin de prevenir la TVP, tome suficiente agua, modere su consumo de alcohol, y estire las piernas con frecuencia.

1. 足先を十分に伸ばしたり、曲げたりする。
Bend and flex your feet.
Doble y flexione sus pies.



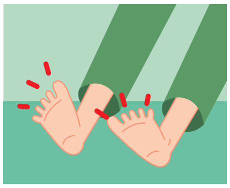
2. 足全体をゆっくりと大きな円を描くように回す。
Move your feet in a slow circular motion.
Mueva sus pies lentamente describiendo un movimiento circular.

3. ふくらはぎ全体をこぶしでトントンと軽く叩く。
Use your fist to gently tap your calves.
Use su puño para golpear suavemente sus pantorrillas.



4. 足を上下につま先立ちする。
Lift your ankles up and down, bending your feet at your toes.
Levante y baje sus tobillos, doblando sus pies a nivel de los dedos.

5. 足の指でじゃんけんのグーをつくる。
Curl your toes.
Arquee sus dedos.



6. 足の指でじゃんけんのパーをつくる。
Point your toes.
Extienda sus dedos.

幼児連れのお客様へ　For Passengers with Small Children

座席列の酸素マスクには個数制限があるため、複数の幼児は同じ座席列にご着席いただけません（座席を確保する場合を除く）。機内では座席の移動はお控えください。また、機内には飛行機特有の設備がございます。「ひじ掛け」や「収納式テーブル」などにお子様の指をはさまないようお気をつけください。

Due to the number of oxygen masks per seat row, more than one small child may not be seated in the same row (excluding seat reservation). Please refrain from changing your seats. Also, there is aircraft-specific equipment on board the plane. Please be careful not to let your children catch their fingers in places such as the armrest or retractable table.

ひじ掛け
Armrest

収納式テーブル
Table

座席ベルトの金具
Seatbelt Buckle

化粧室の扉・ゴミ箱のふた
Lavatory Door Trash Box Lid

その他のお願い　Other requests

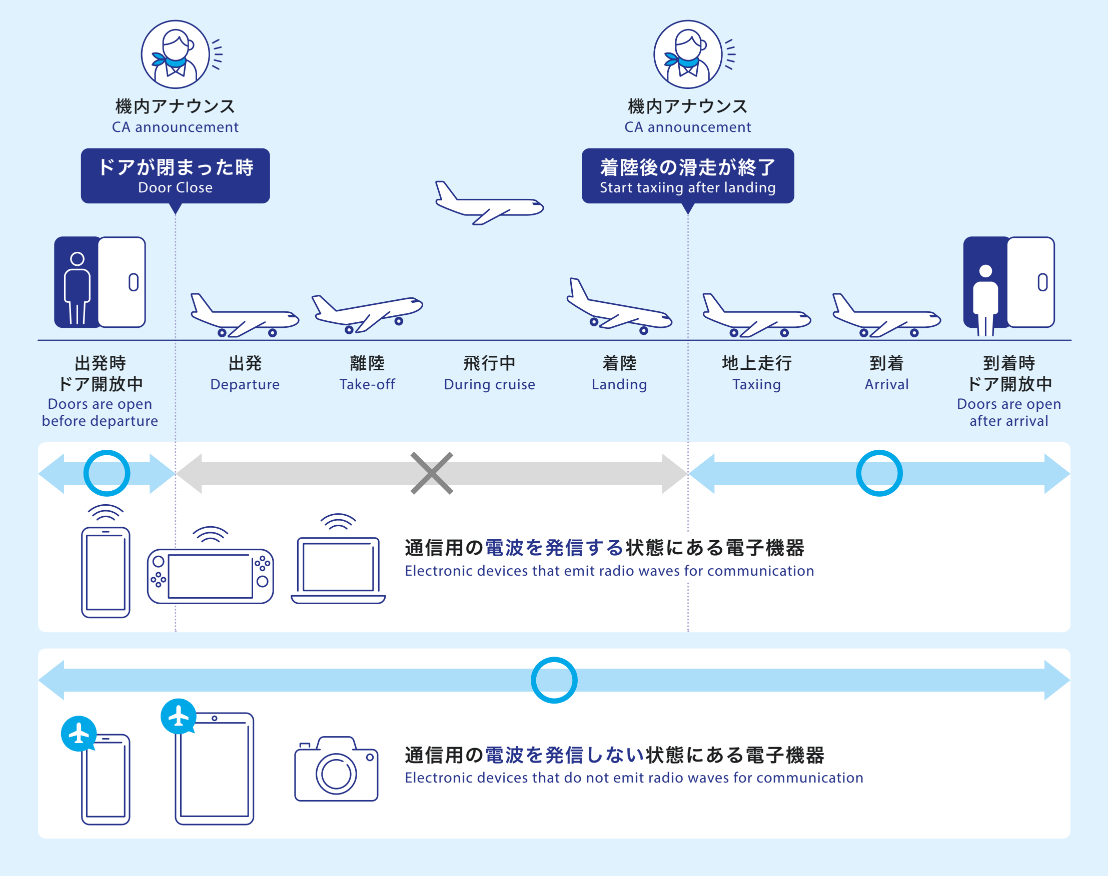
無断で他のお客様や社員を撮影・録音する行為は、周囲のお客様のご迷惑や安全・業務の妨げとなる場合がありますのでご遠慮ください。

ANA Group requests all passengers to refrain from photographing, shooting or recording other passengers and staff/crew without their consent, as it may cause inconvenience to other passengers or may interfere with safety/duties.

機内での電子機器の使用制限について
Restrictions on Use of Electronic Devices on Board

国土交通省が告示で「航空機の運航の安全に支障を及ぼすおそれのあるもの」について、以下のとおり定めています。出発時「飛行機のドアが閉まった時」から「着陸後の滑走が終了する時」まで、下記の電子機器の使用が制限されています。

The devices listed below have been stipulated by Japan's Ministry of Land, Infrastructure, Transport and Tourism (MLIT) as having the potential to affect the safety of flight operations as follows.
From when the doors are closed for departure until the aircraft starts taxiing after landing, use of electronic devices listed in below is restricted.



作動時に通信用の電波を発信する状態にある以下の電子機器はご使用になれません。(出力100ミリワット以下のものを除く)
機内モード等の電波を発信しない状態(設定)にするか、電源をお切りください。

(注)客室乗務員がアナウンスにてお知らせいたします。

航空機外の設備と無線通信を行う状態にある携帯電話(スマートフォン含む)、パーソナルコンピューター、携帯情報端末、電子ゲーム機、携帯型データ通信端末、トランシーバー、無線操縦玩具、ワイヤレスマイク

(注)機器同士のBluetooth接続(ワイヤレスヘッドホン、医療機器等)やWi-Fi接続(電子ゲーム機等)は常時ご使用になれます。

Electronic devices that emit radio waves, as follows, cannot be used. (This excludes any of the devices listed below that have an output power of 100 mW or less.)
Please set such devices to not emit radio waves or turn them off.

(Note) Cabin attendants will be making an announcement.

Cell phones (including Smartphones), Personal computers, Personal digital assistants, Electronic games and Mobile routers that communicate by radio waves to facilities outside the aircraft,Transceivers, Radio-controlled toys, Wireless microphones

(Note) Bluetooth connection between devices (such as wireless headphones and medical equipments) and Wi-Fi connection (for electronic games) can be used at any time.

作動時に通信用の電波を発信しない状態*にある電子機器については、
すべての飛行機において基本的に常時ご使用になれます。

携帯電話(スマートフォン含む)、パーソナルコンピューター、医療機器、DVDプレーヤー、デジタルカメラ、電子機器等

＊通信用の電波を発信しない状態(設定)とは、電源をON(入)にしていても通話やメールの送受信、インターネット機能がOFF(切)になっている状態を指します。

Electronic devices that do not emit radio waves for communication* can generally be used at any time.

Examples: Cell phones (including Smartphones), Per-sonal computers, Medical equipments,DVD players, Digital cameras, e-book readers, etc.

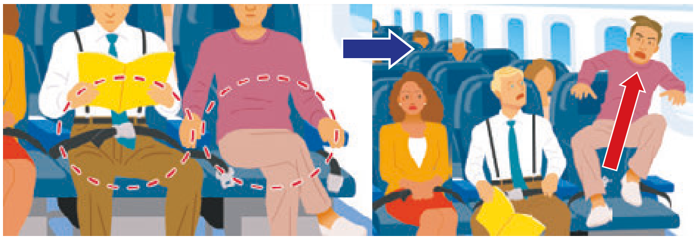
*Means the sending/receiving of phones/mails and the internet function is set to OFF even when the power is turned ON. Cell phones functions should be set to "flight", "self", "radio wave off", "offline" or "personal" modes (names differ according to company).

- 携帯電話での通話は周囲のお客様のご迷惑になりますのでお控えください。
- 機長が安全運航に支障があると判断した場合、使用可能な時期であってもご使用をお控えいただく場合がございます。ご了承ください。
- 右ページ記載の出力100ミリワット以下の電子機器であっても、その電子機器の使用により他のお客様に不快感を与えたり、迷惑または危険を及ぼしたりするおそれがある場合はご使用をお控えいただきます。
- 記載のある電子機器以外でも別途当社の定めにより使用を制限している機器がありますので、電子機器の使用状況について客室乗務員が声をおかけする場合がございます。またペースメーカー等、医療機器をご使用のお客様が近くにいらっしゃる場合、電子機器のご使用をお控えいただくこともありますのでご協力をお願いいたします。
- 出発時の非常用設備に関するご案内（VTR上映／客室乗務員のデモンストレーション）にご注目ください。また安全に関する客室乗務員からのご案内にご注意ください。
- 緊急時脱出の妨げとなるような電子機器類は、前の座席の下または座席の上の物入れにご収納ください。また、電子機器が座席の間に挟まって破損する場合がありますので、保管にはご注意ください。
- 携帯電話（スマートフォン含む）、電子ゲーム、DVDプレーヤーなどをご使用の際は、周りのお客様へのご配慮をお願いいたします。

- Please be considerate of other passengers and refrain from making phone calls.
- The use of electronic devices may still be prohibited at any time for safety reasons if the pilot determines that their usage will interfere with flight operations. Your kind understanding will be appreciated.
- Even if your electronic devices listed on the page to the right and has an output power of 100 mW or less, you may beasked to refrain from using it if there is a risk that it will cause discomfortor inconvenience to or endanger other passengers.
- ANA may restrict the use of electronic devices other than those listed and cabin attendants may ask for your cooperation. If passengers using medical equipment such as pacemakers are seated nearby, you may be asked to refrain from using electronic devices.
- Please be sure to check the safety information provided by the cabin attendants or the safety video. Also, please pay attention to other safety-related instructions by the cabin attendants.
- Please store your electronic devices under the seat in front of you or in the overhead compartment so that they will not obstruct evacuation in the event of an emergency. Please also take care not to damage your electronic devices by storing them (and getting them stuck) between the seats.
- Please use your cell phones, electronic games and DVD players, etc., with consideration for other passengers on board.

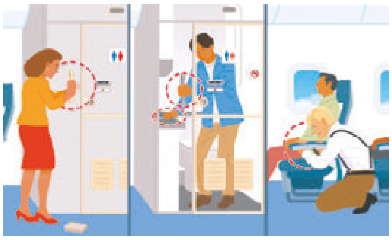
飛行中の揺れに備えて　Prepare for in-flight turbulence

飛行中は予測できない突然な揺れに遭遇することがあります。　During the flight, we may experience unexpected turbulence.



お座りの間は、
常にシートベルトを腰の低い位置で緩みのないようお締めください。

Please keep your seat belt fastened tight and low whenever you are seated.



揺れを感じた場合には、
すぐに手の届く場所におつかまりください。

In the event of sudden turbulence, hold on to something immediately.

機内の安全を阻害する行為について　Unruly Behaviors on Board　Comportamientos Indisciplinados a Bordo

航空機の安全を害する行為のほか、機内の人や財産に危害を及ぼす行為、機内の秩序を乱す行為、機内の規律に違反する行為は「航空法第73条の3」で禁じられています。特に国土交通省が定めた以下の行為については、機長の命令に背き行為を中止しなかった場合、50万円以下の罰金が科せられます。安全運航のためにご協力をお願いいたします。

- 乗降口または非常口の扉の開閉装置を操作すること
- 化粧室で喫煙すること（喫煙には、電子タバコや加熱式タバコ等、蒸気を発生させるものも含む）
- 乗務員の職務を妨害し、安全の保持等に支障を及ぼすおそれがある行為をすること
- 告示により禁止された電子機器を使用すること
- 指示に従わず座席ベルトを着用しないこと
- 離着陸時において、座席の背、テーブル、フットレスト（レッグレスト）を所定の位置に戻さないこと
- 非常脱出の妨げになる場所へ手荷物を放置すること
- 告示により定められた消火器、非常用警報装置、救命胴衣等を操作または移動すること

Acts jeopardizing the safety of the aircraft, harming the passengers or their properties on board, disrupting the order in the cabin, or disturbing the discipline in the cabin are prohibited by the "Civil Aeronautics Law of Japan, Article 73-3". For the following specific behaviors stipulated by the MLIT, if you do not stop such acts despite the Captain's order, you will be subject to a fine up to 500,000 JPY. We ask for your cooperation for a safe flight.

- Operating the handle or other mechanisms of a cabin door or an emergency exit
- Smoking in the lavatory. This includes the use of smoking devices that generate vaper.
- Interfering with crew duties, which may hinder the safety of the aircraft
- Using electronic devices prohibited by the MLIT ministerial notice
- Not following the instruction to fasten the seat belt
- Not returning the seat back, table, or footrest (legrest) to its original position during takeoff or landing
- Leaving baggage in a place hindering the emergency evacuation
- Using, operating, or moving of fire extinguishers, evacuation signal system, life vests, etc. stipulated in the MLIT ministerial notice

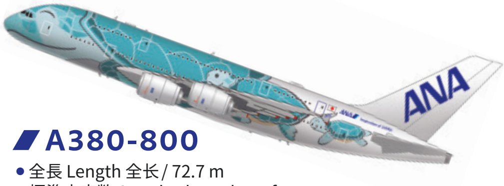
Las acciones que pongan en peligro la seguridad de la aeronave, inflijan daño a los pasajeros o a sus propiedades a bordo, alteren o perturben el orden en la cabina, o perturben la disciplina en la cabina, están prohibidas según el "Artículo 73-3 de la Ley de Aeronáutica Civil de Japón". En el caso específico de los siguientes comportamientos estipulados por el MLIT, si usted no se detiene a pesar de recibir la orden del capitán, estará sujeto a una multa de hasta 500,000 yenes. Le pedimos su cooperación para un vuelo seguro.

- Manipular la manija u otros mecanismos de una puerta de la cabina o de una salida de emergencia
- Fumar en los baños (incluyendo también los dispositivos para fumar y los productos que generan vapor)
- Interferir con las tareas de la tripulación, lo cual podría comprometer la seguridad de la aeronave
- Utilizar dispositivos electrónicos prohibidos por la notificación ministerial del MLIT
- No seguir la instrucción de abrochar el cinturón de seguridad
- No regresar el respaldo del asiento, la mesa o el reposapiés a su posición original durante el despegue o aterrizaje
- Dejar su equipaje en un lugar que dificultaría la evacuación de emergencia
- Utilizar, manipular o mover de lugar los extintores, el sistema de señales de evacuación, los chalecos salvavidas, etc., estipulados en la notificación ministerial del MLIT

ANAグループ航空機のご案内

ANA 航空集团航班客机指南

ANA GROUP FLEET INFORMATION

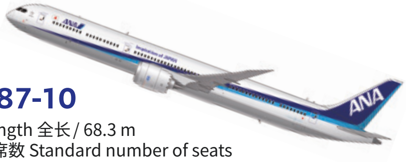


A380-800

- 全長 Length 全长 / 72.7 m
- 標準座席数 Standard number of seats
  标准座位数 / INT:520

B777-300

- 全長 Length 全长 / 73.9 m
- 標準座席数 Standard number of seats
  标准座位数 / 514 (-300 ER: 212)

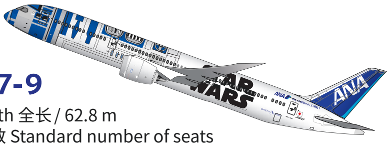


B787-10

- 全長 Length 全长 / 68.3 m
- 標準座席数 Standard number of seats
  标准座位数 / 429 (INT:294)

B777-200

- 全長 Length 全长 / 63.7 m
- 標準座席数 Standard number of seats
  标准座位数 / 392; 405



B787-9

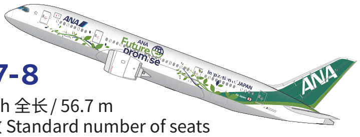
- 全長 Length 全长 / 62.8 m
- 標準座席数 Standard number of seats
  标准座位数 /375; 395 (INT: 215; 246)

B777F / B767-300F·300BCF

- 貨物専用機 freighter 货运专机
- 全長 Length 全长 / 63.7 m (54.9m)

B767-300

- 全長 Length 全长 / 54.9 m
- 標準座席数 Standard number of seats
  标准座位数 / 270 (INT: 202)



B787-8

- 全長 Length 全长 / 56.7 m
- 標準座席数 Standard number of seats
  标准座位数 / 335 (INT: 184; 240)

AIRBUS A321

- 全長 Length 全长 / 44.5 m
- 標準座席数 Standard number of seats
  标准座位数 / 194

AIRBUS A320

- 全長 Length 全长 / 37.6 m
- 標準座席数 Standard number of seats
  标准座位数 / INT:146

B737-800

- 全長 Length 全长 / 39.5 m
- 標準座席数 Standard number of seats
  标准座位数 / 166

BOMBARDIER DHC-8-400

- 全長 Length 全长 / 32.8 m
- 標準座席数 Standard number of seats
  标准座位数 / 74

国内線 シートマップ

国際線 シートマップ

ANAの航空機とシートマップを機種別にご覧いただけます。

空港ガイド 国内線

空港ガイド 国際線

就航都市に関する空港情報や基本情報をご案内いたします。

謎解きde世界一周 解答ページ

まだ問題を解いていない人は、p.14、15 を先にご覧ください。

1問目 答え　黄色

解説 「ブロック」「きり」から「L（りっとる）」、すなわち「り」「っ」を「取る」してから並べ替えると、「ぶき」「くろ」となって、下のイラストになる。同じように「きって」「いろり」から「り」「っ」を取って並べ替えると、「て」と「きいろ」になる。正解は「黄色」だ。

豆知識

サウジアラビアでよく飲まれるアラビックコーヒーには、色が黄色いものがあるんだ。浅煎りのコーヒーに、カルダモンで風味をつけることが多いんだって。
ベドウィン（アラブの遊牧民）には、来客にアラビックコーヒーとデーツでおもてなしをする、という文化が残っていて、これはユネスコの無形文化遺産に登録されているよ。

2問目 答え　ホテル

解説 メイロを辿って導かれる答えは「赤い字間読め」。赤い字の間を見ると、「中しんでん球の間」と読むことができるね。「中心」と「電球」の間を今度は読んでみよう。すると「ほてる」という3文字を見つけることができる。正解は「ホテル」だ。

豆知識

イスラム教では「一生に一度はメッカに巡礼に行くべきだ」と定められている。それもあって、巡礼の時期には約200万人以上がカーバ神殿を訪れるんだ。巡礼者のニーズに合わせて、その周囲には高層ホテルが多く建ち並んでいるよ。

国内線機内販売はオンラインへ!
ANA STORE @SKY ご利用ガイド

ANA STORE@SKY User Guide

機内販売『ANA STORE@SKY』3つのメリット Benefits of ANA STORE@SKY

MERIT 1 マイルが使える! 貯まる!
Use your miles! Earn miles!

MERIT 2 ANAカード決済で10%OFF!
10% off with ANA Card payment

MERIT 3 降機後2日間[*1]お買い物が可能
Shop up to 2 days[*1] after disembarking

機内でのアクセス方法 How to access ANA STORE@SKY on board your flight

ANA WiFi Service

使い方は簡単。ANA機内専用Wi-Fiへアクセスし、専用サイトを開くとお買い物が楽しめます。
事前にANAアプリのダウンロードがおすすめです[*2]。Recommend downloading the official ANA mobile app before boarding[*2].

機内Wi-Fiにアクセスするために…

1 「機内モード」をON （ON）

2 「Wi-Fi」をON （ON）

3 ANA-WiFi-Service ワイヤレスネットワークSSID「ANA-WiFi-Service」を選択

4 「WiFi 国内」をタップ
Tap on "WiFi DOM"

5 接続ボタンをタップ
Tap on the Connect button

6 Wi-Fi ポータルサイト「ANA STORE@SKY」をタップ
Tap on ANA STORE@SKY on the Wi-Fi portal site

ブラウザからご利用の場合
Accessing from a browser

「Wi-Fi（無線LAN）」をオンにし、ワイヤレスネットワークSSID「ANA-WiFi-Service」を選択し、接続。ブラウザを開くと自動的にANA Wi-Fi Serviceポータルサイトが表示されます。

Turn on your Wi-Fi (wireless LAN) and select the wireless network (SSID) "ANA-WiFi-Service" to connect. Open your browser and the ANA Wi-Fi Service portal site will open automatically.

※ 表示されない場合には、URL欄にwww.ana-inflight-wifi.comを入力するか、上記二次元コードを読み込み、アクセスしてください。左記URL、上記二次元コードは、機内Wi-Fiに接続した状態でないと当該ページへはアクセスできません。

※ If the site does not open, enter www.ana-inflight-wifi.com in the URL field or scan the 2D code above to access the site. The webpage cannot be accessed from the left URL or the 2D code above unless your device is connected to in-flight Wi-Fi.

降機後2日間、地上でのお買い物を可能にするには… To shop on land up to 2 days after disembarking…

サイトTOPページ上部にあるボタンから設定が必要です。
Requires setup by tapping on the upper button on the home page of the site.

2+ DAYS 降機後のご利用設定はこちらから ＞

最新情報はこちら▶

*1 機内で設定を行った場合。降機2日後の23：59まで。*1 If you completed the setup in-flight, you can shop until 11:59 p.m. of the second day after disembarking.

*2 搭乗前にANAアプリをダウンロード済みの場合、離陸の約5分後から着陸の約5分前までご利用いただけます。*2 The ANA app, if downloaded before boarding, can be used from about 5 minutes after takeoff until about 5 minutes before landing.

※ お届けは日本国内のみとさせていただきます。一部商品を除き別途送料がかかります。※ Delivery is only available within Japan. Some products have free delivery.

※ 機内でつながらなかった場合や、DHC8-Q400など一部の機内Wi-Fiインターネットサービスをご利用いただけない機材にご搭乗の場合は下記お客様サポートデスクまでお問い合わせください。お電話でのご注文は承っておりませんのでご了承ください。

※ 掲載商品の在庫数には限りがございますので、売り切れの際はご容赦ください。また、販売・お届け時期については記載のものから変更になる場合がございます。

※ 国際線機内販売とは商品ラインアップが異なります。

お問い合わせ先（A-styleお客様サポートデスク）：0120-257-150
受付時間：月～金 9:00～18:00　土・日・祝・12/30～12/31 9:00～17:00（年始1/1～1/3 休）　※ 左記営業時間は日本時間となります。

※ このサービスは無線LAN技術を使用しています。そのため公衆アクセスが可能な他の無線LANスポットの仕様と同様に、本サービスのアクセスには通信傍受や不正アクセスの可能性があります。本サービスの利用に際しては、お客様の責任において利用端末のファイアウォール、ウイルス対策ソフト等のセキュリティ対策を講じることを、強くお勧めします。
※ 画像はすべてイメージです。

今号の Must Buy Items!

ここでしか買えない ANA オリジナルグッズ

詳細は こちら!

その時代を知っている人も知らない人も楽しめる、
ANAの旧ロゴマークをあしらったノスタルジックなレトロアイテムが登場!
全日本空輸発足時の主力機やモヒカンルックの飛行機をイメージしたデザイン!

※当ロゴマークはコーポレートシンボルであり、現在は使用されておりません。

ヴィンテージ感のある ステッカーセット

ANAオリジナル
レトロモチーフ ステッカー5枚セット(モヒカンブルー)
¥1,000(税込)

レトロな雰囲気が 可愛らしい マグカップ

モヒカンブルー

ネイビー

ANAオリジナル
レトロモチーフ マグカップ
(モヒカンブルー)/(ネイビー)
各**¥2,000**(税込)

ANAの旧社章 通称「ダヴィンチマーク」を プリント

ダヴィンチマーク

全日空

ANAオリジナル
レトロモチーフ 縦型トートバッグ
(ダヴィンチマーク)/(全日空)
各**¥2,500**(税込)

旅のお供に ほぼ日手帳を連れて行こう!

LIFE の BOOK
ほぼ日手帳 2025

空港の窓の外に広がる風景を
切り取ったようなANAオリジナルの
カバーデザイン。

ほぼ日手帳/
ANAオリジナル(A6)手帳
(@SKY限定カバー&
本体セット)
¥9,400(税込)

ほぼ日手帳/
ANA オリジナル(A6)
@SKY限定カバー
¥6,800(税込)

「ほぼ日刊イトイ新聞」の
記事から厳選した言葉を
1日1つずつ掲載しています。

手帳本体オリジナル
[A6/1日1ページ/1月/
月曜はじまり]

ANA限定のオリジナル配色! 小旅行にピッタリな スタイリッシュ ショルダー

〈ANAオリジナル〉
LeSportsac for
ANA E/W
DOUBLE POCET
BAG (DEEP BLUE×
Azure Blue)
¥15,400(税込)

マチの広い台形フォルム

500mlのペットボトルも
入る収納力

国際線 機内販売は パーソナルモニター から

機内販売ご利用ガイド＆商品ラインアップ

International Route In-Flight Shopping User Guide & Product Lineup

空の上の免税店！　国際線『ANA SKY SHOP』3つのメリット

A duty-free shop in the sky! Three merits of ANA SKY SHOP for international routes

MERIT 1
免税価格で買える
Shopping at duty-free prices

MERIT 2
ご購入で**マイルが貯まる**
Get miles for your purchases

MERIT 3
ANAカード決済で**10%オフ**
10% off with ANA Card payment

商品の詳細については、パーソナルモニターまたはANAアプリ内のデジタルブックをご覧ください。
Product details can be viewed on the personal monitor and the digital book available on the ANA app.

注文方法 How to order

ご注文は パーソナルモニター から！

Orders are accepted from **personal monitors**!

1 パーソナルモニターで「スカイショップ」または「ショッピング」をお選びください。

Please select “SKY SHOP” or “Shopping” on your personal monitor.

※ A320機、A380機、その他システム不具合時は、パーソナルモニターからのご注文ができません。ご注文の際はCA（客室乗務員）にお声がけください。

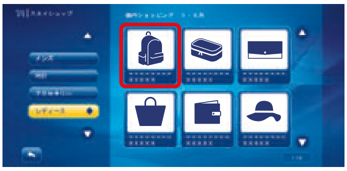
※ Orders cannot be placed from personal monitors on the A320/A380 aircraft and during system malfunction. Please ask a cabin attendant to place an order.

※ 画像はイメージです。 ※ Example only.

2 パーソナルモニターのタッチパネルから、ご希望の商品をお選びいただき、決まりましたらご注文にお進みください。

Use the personal monitor touch panel to select your desired product(s). Once you are done, proceed to the order process.

※機種によって、画面に表示されている内容が異なります。
※ The content displayed on the screen may vary depending on the aircraft.



3 商品はCA（客室乗務員）がお座席までお持ちいたします*1。商品の代金をお支払いいただき*2、商品をお受け取りください。

A cabin attendant will bring the product(s) to your seat*1. Please pay for the product(s)*2 and collect them.

＊1 お食事サービス中のご注文は、サービス終了後にお持ちいたします。
＊1 Product(s) ordered during the meal service will be brought to you after the service.
＊2 お支払いは、クレジットカード、ANAギフトカード／ANA旅行券／ANA「ダイヤモンドサービス」機内・空港お買い物クーポンのみご利用いただけます。現金、デビットカード、プリペイドカード、ANA発行のデジタルクーポン、キャッシュレス／バーコード決済でのお支払いはできません。（ANAマイレージクラブ Financial Pass Visaデビットカード、ANAマイレージクラブ／Sony Bank WALLET、ANAプリペイドカード含む）また、署名ならびに署名欄のないクレジットカードはご利用いただけません。
＊2 Only the following payment forms are accepted: credit cards, ANA gift cards/ANA travel vouchers/ANA Diamond Service In-flight/Airport shopping coupons. Payment cannot be made by cash, debit card, prepaid card, digital coupons issued by ANA, or cashless/barcode systems. (including the ANA Mileage Club Financial Pass Visa Debit Card, ANA Mileage Club / Sony Bank WALLET, and ANA Prepaid Card).Only the following payment forms are accepted: credit cards, ANA gift cards/ANA travel vouchers/ANA Diamond Service In-flight/Airport shopping coupons. Payment cannot be made by cash, debit card, prepaid card, digital coupons issued by ANA, or cashless/barcode systems (including the ANA Mileage Club Financial Pass Visa Debit Card, ANA Mileage Club / Sony Bank WALLET, and ANA Prepaid Card). Credit cards without a signature or a signature field are not accepted.

ANA SKY SHOP 国際線 巻頭特集
ANA SKY SHOP International Flight Special Feature

ホリデーシーズンに贈りたい とっておきギフト

Special gifts for the holiday season

精心挑选的假日特别礼物

永遠のシンボルを そっと胸元に

Quietly grace your décolleté
with an infinity symbol

将永恒的象征轻放于心海之畔

スワロフスキー
インフィニティ ネックレス

SWAROVSKI INFINITY NECKLACE
施华洛世奇 INFINITY 项链

¥20,000

シンプルで上質な 艶めきをまとう

Enhance your look
with simple,
high-quality allure

简约而优雅，环绕着迷人的光泽

オッコ真珠
南洋真珠
ダイヤモンド ペンダント
（エスライン）

OKKO PEARL
SOUTH SEA GOLDEN PEARL
DIAMOND PENDANT（S-LINE）
OKKO珍珠
南洋珍珠钻石吊坠（S型链条）

¥39,000

静謐な輝きで 魅力を引き立てる

A serene sparkle
heightens the charm

以静谧之光彰显非凡魅力

ヴァンドーム青山
ANAオリジナル
ダイヤモンド ネックレス

VENDOME AOYAMA
ANA ORIGINAL
DIAMOND NECKLACE
VENDOME青山 ANA 原创钻石项链

¥50,000

Product Lineup

2024年 11-12月
国際線 商品ラインアップ

Nov. - Dec. 2024 International Route Product Lineup

※ 国内線 機内販売の『ANA STORE@SKY』の商品ラインアップとは異なります。
※ The product lineup is different from that of ANA STORE@SKY in-flight shopping for domestic routes.

商品番号横のマーク◆★について About the ◆★ symbols next to the product No.

◆課税済みのため、免税品としての申告対象外です。日本入国の際は課税済み商品とお申し出ください。
This product has already been taxed, so it is not subject to declaration as a duty-free item. Upon entering Japan, please treat it as a previously taxed product.

★100mLを超えるため、乗り継ぎがある場合、乗り継ぎ便の機内へ持ち込むことはできません。
This product exceeds 100 ml, so it cannot be carried on board a connecting flight if making a transfer.

No. SL000 ◆★
ANA
オリジナル ストール
ANA ORIGINAL STOLE
¥00,000

機内でご注文いただける商品について Products available for order on board

羽田・成田路線の機内では、すべての商品をご注文いただけます。
Customers on Haneda and Narita flights can order all products.

関西路線の機内では、背景が赤い商品をご注文いただけます。
Customers on Kansai flights can order products with a red background.

No. SL000
ANA
オリジナル ストール
ANA ORIGINAL STOLE
¥00,000

※ プリオーダーサービスをご利用いただくと、すべての商品を予約注文いただけます。（一部サービス対象外路線・便がございます。）
※ When using our Pre-Order Service, you can order all products in advance.(Some routes and flights are ineligible for the service.)

ネクタイ Neckties

No.SL501
ブルガリ
ダブル タイ ネイビー
BVLGARI
DOUBLE TIE NAVY
¥32,000

No.SL504
フェラガモ
ネクタイ ブルー
FERRAGAMO
NECKTIE BLUE
¥25,000

No.SL505
フェラガモ
ネクタイ
ヴァイオレット
FERRAGAMO
NECKTIE VIOLET
¥25,000

ショール&ストール Shawls & Stoles

No.SL002
ブルガリ
ロゴ ストライプ
ストール
BVLGARI
LOGO STRIPES
STOLE
¥71,000

No.SL004
ブルガリ
ストール カーマイン ジャスパー
BVLGARI
STOLE CARMINE JASPER
¥42,800

No.SL503
フェラガモ
ストール ピンク
FERRAGAMO
STOLE PINK
¥38,000

No.SL006
エトロ
ペイズリー ショール ブルー
ETRO
PAISLEY SHAWL BLUE
¥50,000

No.SL007
エトロ
ペイズリー ショール ピンク
ETRO
PAISLEY SHAWL PINK
¥68,000

No.SL506
モーガン & オーツ
ANAオリジナル
レディース ラムズウール
ストール
MORGAN & OATES
ANA ORIGINAL
LADIES LAMBSWOOL
STOLE
¥16,000

No.SL502
エンポリオ アルマーニ
エンポリオ アルマーニ
マフラー
EMPORIO ARMANI
EMPORIO ARMANI
MUFFLER
¥20,000

バッグ & 革小物 Bags & Leather accessories

No.SL003
ブルガリ
ブルガリ・ブルガリ
コンパクトウォレット
BVLGARI
BVLGARI BVLGARI COMPACT WALLET
¥77,000

No.SL008
フェラガモ
メンズウォレット
FERRAGAMO
MEN'S WALLET
¥43,000

No.SL815
ロンシャン
エピュレ スマートフォンケース
（フラップ付き）
LONGCHAMP
EPURE PHONE CASE
WITH LEATHER LACE
¥32,200

No.SL816
ロンシャン
ル プリアージュ® オリジナル
ショルダーバッグ M
LONGCHAMP
LE PLIAGE® ORIGINAL
M TOTE BAG
¥20,300

No.SL810 ◆
ゲラルディーニ
ハンドバッグ
GHERARDINI
HANDBAG
¥28,000

No.SL818 ◆
オロビアンコ
メンズベルト
OROBIANCO
MEN'S BELT
¥15,000

No.SL001
バリー
折りたたみ式
トートバッグ XL
BALLY
FOLDABLE TOTE XL
¥53,000

No.SL813 ◆
イノベーター
トートバッグ サコッシュ付き
INNOVATOR
TOTE BAG WITH SACOCHE
¥17,000

時計 Watches

No.SL101 ◆
ピエール・ラニエ
エオリア マザーオブパール
フェイス シルバー
PIERRE LANNIER
EOLIA MOTHER OF PEARL
DIAL SILVER COLOR
¥23,000

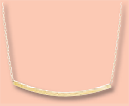
No.SL012 ◆
セイコー
クオーツクロノグラフ
ANAモデル
SEIKO
QUARTZ CHRONOGRAPH
ANA ORIGINAL
¥45,000

No.SL009 ◆
カシオ
G-SHOCK
GM-110VB-1AJR
CASIO
G-SHOCK
GM-110VB-1AJR
¥42,000

アクセサリー Accessories

No.SL204
スワロフスキー
インフィニティ ネックレス
SWAROVSKI
INFINITY NECKLACE
¥20,000

No.SL202 ◆
ネクストダイヤモンド
ニューヨーク
ホースシューネックレスと0.5
カラットネックレス 特別セット
NEXT DIAMOND NEW YORK
HORSESHOE NECKLACE AND
0.5 CARAT SOLITAIRE NECKLACE
SPECIAL SET
¥29,800

No.SL011 ◆
ミワ
K18ラインネックレス
MIWA
K18 LINE NECKLACE
¥62,000


No.SL013 ◆
ヴァンドーム青山
ANAオリジナル ダイヤモンド
ネックレス
VENDOME AOYAMA
ANA ORIGINAL DIAMOND
NECKLACE
¥50,000

No.SL203 ◆
オッコ真珠
南洋真珠
ダイヤモンド ペンダント
（エスライン）
OKKO PEARL
SOUTH SEA GOLDEN PEARL
DIAMOND PENDANT
（S-LINE）
¥39,000

No.SL201 ◆
アレクサンドル ドゥ パリ
クリップ&ボールピンセット
ALEXANDRE DE PARIS
CLIP & BALL PIN SET
¥23,000

化粧品 Cosmetics

No.SL433 ◆★
SHISEIDO メン
ベーシックケア セット
SHISEIDO MEN BASIC CARE SET
¥9,800

No.SL434 ◆
SHISEIDO
アルティミューン™
パワライジング
コンセントレート Ⅲ
SHISEIDO
ULTIMUNE
POWER INFUSING
CONCENTRATE Ⅲ
¥17,600

No.SL406 ◆
獺祭ビューティ
獺祭フェイシャルマスク
DASSAI BEAUTY
DASSAI FACIAL
TREATMENT MASK
¥6,000

No.SL430 ◆
雪肌精みやび
雪肌精 MYV アクティライズ
ゴールデン
スリーピング マスク
SEKKISEI MIYABI
SEKKISEI MYV
ACTIRISE
GOLDEN
SLEEPING MASK
¥4,500

No.SL410 ◆
コスメデコルテ
リポソーム
アドバンスト
リペアセラム
DECORTÉ
LIPOSOME ADVANCED
REPAIR SERUM
TIME RELEASED
MULTILAMELLAR
LIPOSOMES
¥18,000

No.SL409 ◆
コスメデコルテ
リポソーム
アドバンスト
リペアアイセラム
DECORTÉ
LIPOSOME ADVANCED
REPAIR EYE SERUM
¥7,500

No.SL408 ◆
コスメデコルテ
リポソーム アドバンスト
リペアクリーム
DECORTÉ
LIPOSOME ADVANCED
REPAIR CREAM
¥10,000

No.SL403 ◆
クレ・ド・ポー ボーテ
ヴォワール
コレクチュール n
CLÉ DE PEAU BEAUTÉ
CORRECTING CREAM VEIL
¥7,000

No.SL405 ◆
クレ・ド・ポー ボーテ
アルティメート デイリー
エマルションケア
トラベルセット N
CLÉ DE PEAU BEAUTÉ ULTIMATE DAILY
EMULSION CARE TRAVEL SET
¥13,000

No.SL404 ◆
クレ・ド・ポー ボーテ
ル・セラム II
CLÉ DE PEAU BEAUTÉ
THE SERUM II
¥18,000

No.SL005 ◆
クレ・ド・ポー ボーテ
ラ・クレーム
CLÉ DE PEAU BEAUTÉ
LA CRÈME
¥62,000

No.SL436 ◆
スイス・パーフェクション
RS-28 アールセラム
SWISS PERFECTION
RS-28 Rejuvenation
Serum
¥34,300

No.SL401
バイオエフェクト
セラム
BIOEFFECT
EGF SERUM
¥15,900

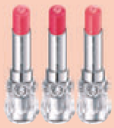
No.SL402
クラランス
ダブル セーラム ADC
CLARINS
DOUBLE SERUM
COMPLETE
AGE-DEFYING
CONCENTRATE
¥13,500

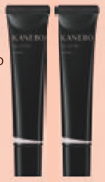
No.SL413 ◆★
エスト
エスト ザ ローション
EST
EST THE LOTION
¥5,400

No.SL419 ◆
ジルスチュアート
ブリリアントジュエル
フェイス&ボディパウダー
JILL STUART
BRILLIANT JEWEL
FACE & BODY POWDER
¥4,900

No.SL418 ◆
ジルスチュアート
クリスタルブルーム
リップブーケ
セラム デュオ
JILL STUART
CRYSTAL BLOOM
LIP BOUQUET
SERUM DUO
¥6,000

No.SL417 ◆
ジルスチュアート
ハンドクリーム セレクション I I
JILL STUART
HAND CREAM SELECTION I I
¥5,900

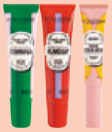
No.SL416 ◆
ジルスチュアート
リップブロッサム グロウ トリオ
JILL STUART
LIP BLOSSOM GLOW TRIO
¥8,400


No.SL421 ◆
カネボウ
ヴェイル オブ
デイ デュオ
KANEBO
VEIL OF DAY DUO
¥9,000


No.SL420 ◆
カネボウ
クリーム イン デイ アンド
ナイト
KANEBO
CREAM IN DAY AND NIGHT
¥16,200

No.SL431 ◆
SENSAI
センサイ AS
マイクロ ムース
トリートメント s
SENSAI
SENSAI AS
MICRO MOUSSE
TREATMENT
¥18,000

No.SL432 ◆
SENSAI
ラッシュ
レングスナー
38℃ デュオ
SENSAI
LASH
LENGTHENER
38℃ DUO
¥7,200

No.SL422
ロクシタン
リップ&ネイルオイルセット
L'OCCITANE LIP & NAIL OIL KIT
¥5,100


No.SL424
ロクシタン
シア ハンドクリーム トリオ
L'OCCITANE SHEA BUTTER
HAND CREAM
TRIO
¥7,300

No.SL423
ロクシタン
薬用 メディカル
アンチヘアロスセラム
L'OCCITANE
ANTI-HAIR LOSS
ADVANCED SCALP
TREATMENT
¥4,300

No.SL426
メルヴィータ
ビオオイル
アルガンオイル
デュオ
MELVITA
ARGAN OIL DUO
¥6,100

化粧品 Cosmetics

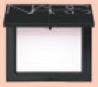
No.SL425 ◆
ルナソル
アイカラーレーション 15
LUNASOL
EYE COLORATION 15
¥5,600

No.SL412 ◆
エレガンス
ラ プードル オートニュアンス Ⅰ
ÉLÉGANCE
LA POUDRE HAUTE NUANCE Ⅰ
¥10,000
※ お一人様
1点まで
※ Up to one per customer

No.SL407 ◆
コスメデコルテ
ルース パウダー
DECORTÉ
LOOSE POWDER
¥5,500

No.SL435 ◆
スック
ザ ファンデーション
110 デュオ
SUQQU
THE FOUNDATION 110 DUO
¥23,400

No.SL427 ◆
NARS
ライトリフレクティング
セッティングパウダー
プレスト N
NARS LIGHT REFLECTING™
SETTING POWDER – PRESSED
¥5,000



No.SL414
ジバンシイ
ル・ヌフ・ジバンシイ No.12
GIVENCHY
LE 9 DE GIVENCHY No.12
¥6,400

No.SL415
ジバンシイ
プリズム・リーブル・トラベル
GIVENCHY
PL MINI
¥3,200

No.SL429 ◆
ボーテ デュ サエ
ハンドクリーム&
ボディヘアミストセット
Beaute de Sae
HAND CREAM &
BODY HAIR MIST
SET
¥4,300

No.SL411
エリザベス アーデン
エイトアワー
リッププロテクタント
スティック トリオ
ELIZABETH ARDEN
EIGHT HOUR CREAM®
LIP PROTECTANT
STICK SPF 15 TRIO
¥4,900

雑貨 Miscellaneous

No.SL801 ◆
アルティザン・アンド・
アーティスト
タテ型収納のスクエアポーチ
ARTISAN&ARTIST
SQUARE POUCH FOR
VERTICAL STORAGE
¥9,400

No.SL808
フェイラー
ANAオリジナル タオル &
ポーチセット"ローズガーデン"
FEILER
ANA ORIGINAL
TOWEL & POUCH SET "ROSE GARDEN"
¥8,000

No.SL817 ◆
ニューピース
リカバリーパジャマ（M）
NEWPEACE
RECOVERY PAJAMAS（M）
¥25,000

No.SL807
ディプティック
フレグランスキャンドルセット
（5種類）
DIPTYQUE PARIS
SET OF FIVE SCENTED CANDLES
¥9,100

No.SL806 ◆
バウム
アロマティック
ルームスプレー 1
BAUM
AROMATIC
ROOM SPRAY A WW
¥5,600

No.SL811 ◆
白鳳堂
桜～ SAKURA ～
化粧筆5本セット
HAKUHODO
SAKURA MAKE UP BRUSH SET OF 5
¥19,100

No.SL822 ◆
エス・ハート・エス
スカルプブラシ 蒔絵
S・HEART・S
SCALP BRUSH MAKIE
¥9,000

No.SL820 ◆
リファ
リファビューテック ドライヤー
スマート ダブル
ReFa
BEAUTECH
DRYER
SMART W
¥36,400

No.SL821 ◆
リファ
リファハートコーム アイラ
ReFa
HEART COMB Aira
¥2,700

No.SL824 ◆
ヤーマン トウキョウ ジャパン
リフトロジー
YA-MAN TOKYO JAPAN
LIFTOLOGY
¥36,000

No.SL823 ◆
ヤーマン
トウキョウ ジャパン
ヘアボリューマー
YA-MAN
TOKYO JAPAN
HAIR VOLUMER
¥16,000

No.SL805 ◆
加波次吉漆器店
<ANAオリジナル>
輪島うるし箸
Kaba Jikichi Wajima Nuri
<ANA ORIGINAL>
WAJIMA LACQUERED
CHOPSTICKS
¥9,500

No.SL809 ◆
ANA
ANAオリジナル 四季彩 雪華
富士山ロックグラス
ANA
ANA ORIGINAL SNOW CRYSTAL
FUJISAN ROCKS GLASS
¥9,800

No.SL819 ◆
ポケモン
ANA オリジナル
ワンタッチステンレスボトル
イーブイジェット NH
Pokémon
ANA ORIGINAL
STAINLESS BOTTLE
EEVEE JET NH
¥4,400
©Pokémon/Nintendo/
CR/GF

No.SL812 ◆
ANA
HONUマスコットセット
ANA HONU MASCOT SET
¥4,800

食品 Foods

No.SL814 ◆
coneri
ハローキティ×coneri
50周年記念3箱セット
coneri
HELLO KITTY × coneri 50TH
ANNIVERSARY 3-BOX SET
¥3,000

©2024 SANRIO CO., LTD. APPROVAL NO. L653931

酒 Liquor

No.SL601 ◆★
チョーヤ
ゴールドエディション
CHOYA
GOLD EDITION
¥7,500

No.SL603 ◆★
株式会社シーウィングス
翼知
SEAWINGS
INTERNATIONAL CO., LTD.
SORACHI
¥12,800

No.SL602 ◆★
菊姫合資会社
加州劔
KIKUHIME CO., LTD.
KASHUTSURUGI
¥4,800

A380型機のみ販売商品 Sold on A380

No.901 ◆
ANA
AIRBUS A380
FLYING HONUモデル（1号機）
ANA AIRBUS A380
FLYING HONU MODEL（UNIT 1）
¥4,500

No.902 ◆
ANA
AIRBUS A380
FLYING HONUモデル（2号機）
ANA AIRBUS A380
FLYING HONU MODEL（UNIT 2）
¥4,500

No.903 ◆
ANA
AIRBUS A380
FLYING HONUモデル（3号機）
ANA AIRBUS A380
FLYING HONU MODEL（UNIT 3）
¥4,500

2024年5月1日より**すべてのたばこ商品はプリオーダーサービスでのみの販売**となりました。詳細はプリオーダーサイトにてご確認ください。

Beginning May 1, 2024, all tobacco products are sold only through the Pre-Order Service. Please see the Pre-Order Service website for details.

20歳未満の方の飲酒・喫煙は法律で禁止されているため、20歳未満の方の酒類・たばこの予約・購入はお断りします。

※ 20歳未満の方が予約された場合、購入者が20歳以上であっても販売をお断りします。年齢確認をさせていただく場合がありますので、ご了承ください。

Alcohol consumption and smoking by persons under 20 years of age are prohibited by law. We will refuse the reservation and sale of alcoholic beverages and tobacco products to persons under 20 years of age.

※ If an order is placed by a person under 20 years of age, the sale will be refused even if the purchaser is 20 years of age or older. Please note that we may ask for age verification.

事前に予約＆機内で受け取り！

便利なプリオーダーサービス

The convenient Pre-Order Service has many merits!

＼詳細はこちら！／

プリオーダーサービスって？

What is Pre-Order Service?

航空券をご予約・ご購入後、機内販売商品を事前に予約注文できる便利なサービスです。日本時間のご搭乗3日前までご予約*1が可能です。

The Pre-Order Service is a convenient service. After reserving and purchasing your flight ticket,pre-order items sold on board before your flight.Items may be pre-ordered up to 3 days before the date of departure Japan Standard Time*1.

＊1 日本時間のご搭乗の前月22日〜3日前（日本時間午後11時59分お申し込み完了分まで）。一部の海外発便では申し込み締め切りが一日早くなる場合がございます。

＊1 From the 22nd of the previous month to 3 days before the date of departure JST(for orders placed by 11:59 p.m. JST). In some cases, the application deadline may be one day sooner for some flights departing from overseas.

MERIT 1
『ANA SKY SHOP』には掲載していない商品が満載!
It has many items not listed in ANA SKY SHOP!

MERIT 2
欲しい商品や人気商品をお取り置きできるので安心*2
You can have your desired item or a popular item set aside*2.

プリオーダーサービス ご利用方法

Pre-Order Service How to order

1 プリオーダーサービス画面へアクセス

ANAアプリから

❶ANAアプリTOP画面より、事前予約ご希望のフライトをタップ。「ご搭乗のガイド」を開く。

From the ANA app's home screen, tap on the flight you wish to pre-order for. "Boarding Guide" will open.

❷「ご搭乗のガイド」下部「予約詳細・各種変更」をタップ。その後、画面に従って商品の予約を進める。

Tap on "Reservation Details and Changes" at the bottom of "Boarding Guide." Follow the instructions on the screen to pre-order products.

※画像はANAアプリ画面イメージです。

※The images are illustrations of ANA app screens.

ANA WEBサイトから

①ANA WEBサイトより予約情報を入力し、予約確認画面を開く。

Enter your reservation information on the ANA website to open the reservation confirmation page.

②予約確認画面のサービスメニューより「機内免税品プリオーダーサービス」の「申し込む」をタップ。

From the service menu on the reservation confirmation page, tap on "Order" under "In-Flight Duty-Free Pre-Order Service."

③フライト一覧のご希望のフライトから、その後、画面に従って商品の予約を進める。

Select the relevant flight from the list of flights, and follow the instructions on the page to pre-order products.

2 申し込み完了後、登録したメールアドレス宛に「受付完了」メールが届き、その後「お取り置き結果のご案内」メールにてお取り置き可否のお知らせ*2が届く。

After placing your order, an "Order Received" e-mail will be sent to your registered e-mail address, followed by "Your Order Status" e-mail to notify whether the item can be set aside*2.

3 ご搭乗後、CA（客室乗務員）にプリオーダーサービスにてご予約の旨を伝える。2のプリオーダー番号が記載された「お取り置き結果のご案内」メールを見せ、お支払い後に商品を受け取る。

After boarding, inform a cabin attendant that you have placed an order through the Pre-Order Service. Show "Your Order Status" e-mail with the pre-order number from 2 Pay and then receive your item.

＊2 在庫状況によりお取り置きできない場合がございます。　＊2 Please note that we may be unable to set aside an item depending on stock availability.

操作方法に関するお問い合わせは、ANA国際線予約・案内センターまで
［受付時間］午前8時〜午後7時、午後10時〜翌午前8時／年中無休
0570-029-333（全国一律料金）　**03-6741-6685**（有料電話）

Operation inquiries: ANA International Flight Reservation and Information Center [Hours] 8:00 a.m. - 7:00 p.m., 10:00 p.m. - 8:00 a.m. (following day) / 365 days/year
+81-3-6741-6685(pay call)

下記に掲載の番組は、座席に装備されたイヤホンジャック(1口タイプ)にイヤホンを差し込み、
コントロールBOXでチャンネルを選択しお楽しみください。5〜11chはシートモニターでもご利用いただけます。

オーディオ番組

5ch〜8ch　40分
9ch〜10ch　50分
(ラジオ放送、11chをのぞく)

1 CH ラジオ放送【NHK第一放送】

※B737-800、B777-200、B777-300の一部機材でご利用いただけます。

5 CH JAPANESE MUSIC
竹内まりや Special

ゲスト:竹内まりや　パーソナリティ:鈴木万由香

- Brighten up your day !
- Smiling Days(2024 New Remix)
- 遠いまぼろし
- 夢の果てまで
- 旅のつづき(2024 New Remix)
- Coffee & Chocolate
- 歌を贈ろう
- 今を生きよう(Seize the Day)(2024 New Remix)

楽曲(全曲):竹内まりや

6 CH JAPANESE MUSIC　POP/ROCK and more
Music Travel-70's & 80's

パーソナリティ:寺脇康文(俳優)

木枯しに抱かれて…
THE ALFEE

悲しい色やね
上田正樹

モーニングソング特集

朝刊
グレープ

うれしはずかし朝帰り
DREAMS COME TRUE

朝陽の中で微笑んで
荒井由実

ハートにファイア／WE DIDN'T START THE FIRE
ビリー・ジョエル／Billy Joel

TONIGHT
小比類巻かほる

冬が来る前に
紙ふうせん

7 CH JAPANESE MUSIC
演歌・歌謡〜心のふるさと〜

パーソナリティ:小林奈々絵(フリーアナウンサー)

昨日・今日・明日
井上順

友達よ泣くんじゃない
森田健作

俺たちの朝
松崎しげる

大都会
クリスタルキング

酔っぱらっちゃった
内海美幸

今夜は離さない
橋 幸夫・安倍里葎子

すきま風
杉 良太郎

おもいで酒
小林幸子

人生夜汽車
神野美伽

愛燦燦
美空ひばり

8 CH RELAXATION and more
ヒーリングミュージック by Della

音楽:林 有三

- 奇跡 - 528Hz
- 調和 - 639Hz
- 自由 - 741Hz
- 直感 - 852Hz
- 活性 - 936Hz

9 CH CLASSICAL MUSIC
旅するクラシック

パーソナリティ:松尾依里佳(ヴァイオリニスト)

〈行楽の秋〉

グローフェ:組曲《ミシシッピ》
第4曲 マルディ・グラ
Grofé: Mississippi Suite
4. Mardi Gras
イーストマン=ロチェスター管弦楽団 / ハワード・ハンソン(指揮)

シューベルト:ピアノ五重奏曲 イ長調 D.667 作品114《ます》
第4楽章
Schubert: Piano Quintet in A Major, op.114, D.667, "The Trout"
4. Tema con variazioni
ケッケルト弦楽四重奏団員 / クリストフ・エッシェンバッハ(ピアノ)

バーバー:遠足 作品20
第4番
Barber: Excursions, op.20
4. Allegro molto
アンドール・フォルデス(ピアノ)

メンデルスゾーン:序曲《フィンガルの洞窟》作品26
Mendelssohn: The Hebrides Overture, op.26, "Fingal's Cave"
ハーグ・レジデンティ管弦楽団 / ヤン・ヴィレム・デ・フリーント(指揮)

ドヴォルザーク:ボヘミアの森から 作品68
第5曲 森の静けさ
Dvořák: Waldesruhe op.68
5. Silent Woods
モーリス・ジャンドロン(チェロ)
ロンドン・フィルハーモニー管弦楽団 / ベルナルト・ハイティンク(指揮)

ベートーヴェン:交響曲 第6番 ヘ長調 作品68《田園》
第5楽章 牧歌、嵐のあとの喜びと感謝
Beethoven: Symphony No.6 in F Major, op.68, "Pastoral"
5. Shepherd's Song: Happy and Thankful Feelings after the Storm
ヴェルビエ祝祭室内管弦楽団 / ガボール・タカーチ=ナジ(指揮)

聴き比べコーナー
ワーグナー:ジークフリート牧歌
Wagner: Siegfried-Idyll
●バイロイト祝祭管弦楽団員 / クリスティアン・ティーレマン(指揮)
●ベルリン・ドイツ・オペラ管弦楽団 / クリスティアン・ティーレマン(指揮)

〈UNIVERSAL MUSIC Recommends〉

ショスタコーヴィチ:交響曲 第6番 ロ短調 作品54
第3楽章(抜粋)
Shostakovich: Symphony No.6 in B Minor, op.54
3. Presto <excerpt>
オスロ・フィルハーモニー管弦楽団 / クラウス・マケラ(指揮)

監修:飯尾洋一　〈全曲　ユニバーサル ミュージック〉

10 CH JAPANESE TALK SHOW
全日空寄席

ご案内:内海英華、神田 紅

※本番組内では、一部不適切な表現を含む場合がありますが、作品のオリジナリティーを尊重するため、削除・修正を行わずに放送することがございます。あらかじめご了承ください。

「狸の札」 雷門音助
(2024年6月17日 東京・新宿末廣亭にて収録)

「裸ンナー!!」 春風亭昇々
(2024年6月17日 東京・新宿末廣亭にて収録)

「死ぬなら今」 林家たけ平
(2024年2月9日 東京・池袋演芸場にて収録)

11 CH AUDIO BOOK
オーディオブック(翼の王国)

過去掲載した「翼の王国」を客室乗務員による朗読でお届けします。

※番組は予告なく変更させていただく場合がございます。※エンターテインメントプログラムは一部機材で放送がない場合がございます。
※一部機材では月初は前月の、月末は翌月のプログラムとなる場合がございます。※作品によっては、フライト時間内に視聴を終了できない可能性がございます。あらかじめご了承ください。
※お客様ご自身のイヤホンをご利用いただけます。イヤホンをお持ちでない方は、客室乗務員にお申し付けください。
※9chの「旅するクラシック」は、楽曲の特性上ボリュームレベルの高低に幅がございます。また一部オリジナルマスターテープに起因するノイズ等がありますが、あらかじめご了承ください。

→目次に戻る

前方スクリーン番組

3 CH

音声は3チャンネルでお楽しみください。
Please select channel 4 for English when viewing programs. (Only available in Japanese on some aircraft.)

奇数便 上映番組

Odd-numbered flights Screened program

Healing Japan 日本海中紀行

Healing Japan Undersea Wonders

日本では年中ダイビングを楽しめます。ウミガメや色とりどりの熱帯魚が目の前を乱舞。イルカとともに泳げる島もオススメです。

Discover year-round diving in Japan, where vibrant tropical fish and sea turtles swirl around you. And don't miss your chance to swim with playful dolphins around the islands of Japan.

字幕	日本語、英語	SUBTITLES	Japanese, English

偶数便 上映番組

Even-numbered flights Screened program

YOUは何しに日本へ?

Why Did You Come To Japan?

自作のロボット同士で戦うロボワンという大会に出場するためにチリから来た家族。6年前にもロボワンに出場したものの3回戦で敗退してしまった彼らのリベンジに密着します。

We follow a family from Chile who come to Japan to seek revenge for their loss in the 3rd round of the ROBO-ONE competition 6 years earlier.

音声	日本語	AUDIO TRACKS	Japanese
字幕	英語	SUBTITLES	English

※番組は予告なく変更させていただく場合がございます。
※エンターテインメントプログラムは一部機材で放送がない場合がございます。 ※お客様ご自身のイヤホンをご利用いただけます。イヤホンをお持ちでない方は、客室乗務員にお申し付けください。
※一部機材では月初は前月の、月末は翌月のプログラムとなる場合がございます。 ※作品によっては、フライト時間内に視聴を終了できない可能性がございます。あらかじめご了承ください。

【国内線/Domestic Flights】ANA Wi-Fi Service のご利用方法/How to use ANA Wi-Fi Service

- インターネット Internet
- 映画/ビデオ Movies and Videos
- ANA SKY LIVE TV
- 機内誌(翼の王国) In-Flight Magazine
- お買い物 Shopping

ANAアプリからご利用の場合
How to access from ANA App

ブラウザからご利用の場合
How to access from browser

SSID「ANA-WiFi-Service」を選択後、QRコードを読み込むかURLを入力ください。
Scan QR code or enter the following URL in the address bar after selecting network "ANA-WiFi-Service"
URL: www.ana-inflight-wifi.com

© 日本特殊地図編纂所

2023.1

ＡＮＡグループ国内線航路図

ANA GROUP DOMESTIC ROUTE MAP

時刻表は ANA ウェブサイト
をご確認ください。

※この地図は、色の見分けがつきにくい方にも見やすいように配慮しています。
※運行航路は天候やその他の理由により変更されることもございます。

ARCTIC OCEAN
北極海
Queen Elizabeth Islands
GREENLAND
Wrangel I.
Victoria I.
U. S. A.
ALASKA
6190 Mt. Denali (McKinley)
Arctic Circle
KAMCHATKA
Bering Sea
ベーリング海
Aleutian Is.
Gulf of Alaska
アラスカ湾
Whitehorse
Hudson Bay
ハドソン湾
Rocky Mountains
CANADA
バンクーバー
VANCOUVER
Edmonton
Calgary
Regina
Winnipeg
シアトル
SEATTLE
Portland
Newfoundland
Montréal
Ottawa
Toronto
Milwaukee
Boston
UNITED STATES OF AMERICA
アメリカ合衆国
Detroit
NEW YORK ニューヨーク
Philadelphia
WASHINGTON D.C.
ワシントン
Salt Lake City
Denver
Kansas City
St.Louis
CHICAGO
シカゴ
サンフランシスコ
SAN FRANCISCO
サンノゼ
SAN JOSE
ロサンゼルス
LOS ANGELES
San Diego
Las Vegas
Oklahoma City
Columbia
Atlanta
Phoenix
Dallas
San Antonio
HOUSTON
ヒューストン
New Orleans
Jacksonville
Orlando
Miami
ATLANTIC OCEAN
大西洋
Midway Is.
International Date Line
U.S.A.
Hawaiian Is.
HONOLULU ホノルル
Monterrey
Gulf of Mexico
メキシコ湾
BAHAMAS
Tropic of Cancer
Guadalajara
MEXICO
メキシコシティ
MEXICO CITY
CUBA
DOMINICAN REPUBLIC
JAMAICA
HAITI
ST. CHRISTOPHER AND NEVIS
ANTIGUA AND BARBUDA
BELIZE
GUATEMALA
Guatemala City
San Salvador
HONDURAS
EL SALVADOR
NICARAGUA
SAINT LUCIA
DOMINICA
ST. VINCENT AND THE GRENADINES
BARBADOS
GRENADA
TRINIDAD AND TOBAGO
COSTA RICA
PANAMA
MICRONESIA
MARSHALL IS.
PACIFIC OCEAN
太平洋
KIRIBATI
NAURU
Medellín
Bogotá
VENEZUELA
GUYANA
SURINAME
FR. GUIANA
COLOMBIA
Equator
Galápagos Is.
Amazon アマゾン川
MELANESIA
TUVALU
POLYNESIA
ECUADOR
Andes
SOLOMON IS.
SAMOA
Lima
PERU
BRAZIL
FIJI
VANUATU
TONGA
NIUE
BOLIVIA
Tropic of Capricorn
COOK IS.
Easter I.
PARAGUAY
São Paulo
Rio de Janeiro
Mountains
CHILE
Aconcagua 6959
URUGUAY
Santiago
Buenos Aires
Río de la Plata
ラプラタ川
Tasman Sea
タスマン海
Auckland
NEW ZEALAND
Wellington
Christchurch
Queenstown
ARGENTINA
Falkland Is.(Islas Malvinas)
Estr.de Magallanes
マゼラン海峡
C. Horn
Antarctic Circle
160° 180° 160° 140° 120° 100° 80° 60° 40°
80° 60° 40° 20° 0° 20° 40° 60° 80°
凡例 LEGEND
ＡＮＡグループ便
ANA Group operated flight
ＡＮＡグループ便就航都市
Cities served by ANA Group operated flight
コードシェア便就航都市
Cities served by Codeshare flight

目次に戻る

ＡＮＡグループ国際線航路図

ANA GROUP INTERNATIONAL ROUTE MAP

時刻表は ANA ウェブサイトをご確認ください。

※運航航路は天候やその他の理由により変更されることもございます。2022年8月15日時点での情報です。
Flight routes are subject to change due to weather conditions or other reasons. Information as of August 15, 2022.
※コードシェア便就航都市は2020年1月31日時点での情報です。
Information regarding the cities served by Codeshare flight is as of January 31, 2020.

© 日本特殊地図編纂所

2022.8

INFO 03

ANA Mileage Club Members Only / News

ANA Domestic Flight Awards “Weekly TOKU-TABI Mile”

Available routes:
Announced every Tuesday around 12:00 noon (JST)

Reservation and ticketing period:
From every Wednesday at 12:00 AM to the following Tuesday at 11:59 PM(JST)

Departure period:
Any date between Thursday and the following Wednesday

“Weekly TOKU-TABI Mile” is a service that allows you to use ANA domestic flight awards with fewer miles than usual. Choose your destination from a selection of eligible routes announced weekly, starting at 3,000 miles one-way. Reservations can be made up to one day prior to the flight date.

Scan the code to the right to learn more online.

INFO 04

We are committed to valuing customer feedback

Local dishes are now available for light meals in business class

Customer feedback

I fly with ANA often for business and recreation, so I eat a lot of in-flight meals. I think meals that use local ingredients would be exciting and fresh.

ANA is excited to introduce local flavors to our business class light meals on flights from international locations! Now, you can savor authentic dishes like Singapore chicken rice on flights from Singapore, Gaprao rice on flights from Bangkok, Mee goreng on flights from Jakarta, and Stir-fried rice noodles with seafood on flights from Kuala Lumpur (availability may vary). Enjoy a taste of local culture as you relax onboard.

Feedback and suggestions
0120-029-787 (toll-free in Japan)

From a mobile phone
0570-029-787 (same rate nationwide)

For international calls
03-6735-7922
(relevant charges apply)
Operation hours 9:00–17:00
(year round)

Please send us your comments and suggestions regarding ANA’s services.

*Customer feedback forms are also available onboard our flights. Please inquire with one of our flight attendants.

Feedback and suggestions

ANA GROUP INFORMATION

INFO 01

News

Haneda Airport ANA international flights use Terminals 2 and 3

International flights to and from Haneda Airport operated by ANA use both Terminal 2 and Terminal 3. Departure terminals vary by route, so please check the terminal for your flight before you come to the airport.

■Haneda Airport ANA-operated international departures and terminals

Departure Terminal / Routes	Terminal 2	Terminal 3
North America / Pacific	Honolulu, New York	Washington,D.C., Los Angeles, Houston, Seattle, Chicago, San Francisco, Vancouver
Europe	Frankfurt, Munich, London, Paris, Vienna, Milan, Stockholm, Istanbul	—
Asia / Oceania	Bangkok, Singapore, Jakarta, Sydney, Seoul (Gimpo), Taipei (Songshan), Hong Kong, Shanghai (Hongqiao), Shenzhen, Guangzhou	Ho Chi Minh City, Beijing, Qingdao, Manila, Kuala Lumpur, Delhi, Shanghai (Pudong)

※ International flights and code-share flights operated by other airlines will depart and arrive from Terminal 3. ※ The period is from Sunday, October 27, 2024 to Saturday, March 29, 2025. ※ The terminal for arriving flights may be different from that for departing flights, so please check your terminal beforehand. ※ There will be no change in the terminal for ANA domestic flights.

Checking your terminal

<Departures> Displayed on electronic ticket itinerary / receipt / ANA website (My bookings / Flight search / Flight Status Information) / email sent by ANA / SMS and app push delivery
<Arrivals> ANA website (Flight Status Information)

Please see the ANA website for details.

INFO 02

News

ANA ʻAha Mele 2024 to be held in Hawaii

Top and left: A concert at ANA ʻAha Mele 2023 Right: President and CEO, ANA, Shinichi Inoue participating in tree planting experiences

Continuing from 2023, ANA ʻAha Mele 2024 will be held in Honolulu, Hawaii from November 13-17, 2024. ANA ʻAha Mele will continue to include tree planting experiences and a music program at a local elementary school in addition to three concerts with renowned Japanese pianist Nobuyuki Tsujii, including one collaborative performance with local artists. We hope you will join us in Hawaii!

■Concert Schedule:

November 14:
ANA ʻAha Mele with Nobuyuki Tsujii and Friends
Starts at 7:00 p.m. at Hawaii Theatre Center

November 16,17:
ANA ʻAha Mele Nobuyuki Tsujii Brunch Recital
Starts at 11:30 a.m. at Blue Note Hawaii

Please check the QR code for tickets and details.

ANA ʻAha Mele official HP

 ※ Information is current as of September 26.

After two years of dedicated effort, Tatsuya Kogure from the ANAMS GSE Maintenance Department, along with his colleague Toru Uchino (pictured right), successfully completed the conversion of the belt loader.

经过两年的努力，ANAMS的GSE维修部的小暮与同事内野彻（图右），顺利完成行李传送车的改造。

全日空为整个集团设定了一个中期环境目标，即“至2030年度，将除飞机航行外产生的二氧化碳排放量减少33%以上（对比2019年度）”。GSE的EV化是实现这一目标所必须的部分。

而负责这一难题的，是ANAMS的GSE维修部的小暮与其同僚们。

“我们一直负责车辆的维护，这次却是从头开始打造一辆车。其中最困难的就是设计电子电路，以及绘制相关电路图。我们很熟悉维护工作，也时常查看电路图，却完全没有绘制电路图的经验。”

小暮说着，又挠挠头。于是我们说：“从零开始打造电动车，简直就像全日空的埃隆·马斯克呢。”他虽一脸谦虚地回答：“不，我可没那种经商头脑。”却还是难掩害羞的笑容。

至今，全日空集团在多个领域实现了“日本首创”和“业内首创”。此次，我们采访了落实这项“日本航空业的创举”的车辆维修专业人士，并了解他们的工作流仪。

从维修乘用车
来到维修特殊车辆的世界

小暮于2017年加入ANAMS。在此之前，他在一家巨头制造商的经销店积累着维修技师的职业经验。

据小暮说：“我从技校毕业后，作为经销商的维修技师工作了15至16年。在此期间，我从修理到钣金，全面积累了乘用车的维修经验，并逐渐掌握相关技能。这让我产生了想要从事更特殊的车辆的维修工作的想法。”

小暮主动投身于特殊车辆的维修工作。然而，这个新挑战并不容易，开头便会接连遇到普通办法无法解决的困难。

小暮回忆道：“刚进公司时真的非常辛苦。GSE与之前接触的乘用车完全不同，我甚至都怀疑能不能称之为车。首先，我必须把那些在普通车的维修过程中从未见过的液压管道图牢记在心，否则根本无法开展工作。最重要的是，部件的尺寸简直天差地别。乘用车的单个部件一般都不超过手掌大小，而GSE的部件却又大又沉，着实让我大吃一惊（笑）。”

尽管如此，小暮还是表示：“我天生喜欢挑战。”并在ANAMS不停地迎接着新的挑战。

“当我想尝试某件事时，绝不会不分青红皂白地被驳回。在很多情况下，都愿意让我试试看。我认为，ANAMS是一个让员工能够拥有梦想的工作场所。”

小暮面带笑容诉说着现在的工作环境。他职业生涯中最大的挑战，就是GSE的回收升级项目。

即将报废的特殊车辆
改造为EV重获新生

减少二氧化碳排放是全球面临的重要课题。如前所述，全日空集团的目标是直至2030年度，将除飞机航行外产生的二氧化碳排放量减少33%。作为集团的一份子，ANAMS提出的方案是将GSE改造为EV。

小暮表示：“刚才我提到心里没底，那确实是真心话。在经销店工作时一位熟知车辆维修的前辈曾对我说‘从头开始造EV，天方夜谭吧？’。我自己一开始连‘改造’这个词的含义都不太明白，心里想‘到底要怎么改呢？’我就是在这样的前提下开始项目的。”

项目于2022年5月启动。第一步，需要安排必不可少的车辆。

“我们从全日空那边调度了一辆生产于1994年，以柴油引擎驱动的行李传送车。该车在成田机场服役了29年，即将面临报废。”

根据所属机场有无盐分腐蚀，以及机械运转状况存在个体差异，但通常情况下，行李传送车的使用年限都在20到25年。

小暮他们在对车体的老化部位进行板金等修复工作的同时，还重新进行结构设计和电子电路的组装以便后续的改造，并且拆除了身为核心部分的引擎和燃料箱。在此基础上，他们逐步调度并安装新的锂电池、驱动电机、装卸电机，以及限制电机转速以获得更高扭矩的减速机和ECU（电子控制器）。

正如小暮之前所说，最为困难的工作是，电子电路的设计以及相关电路图的绘制。

“亲手设计电路对我们来说是全新的体验。由于电动化还未在航空领域普及，最开始真的是摸着石头过河。绘制电路图，技术人员之间热烈讨论，此外，还从一开始就给予我们支持的‘电动车普及协会’那边获取建议，逐步深化知识并完成了工作。现在回想起来，要是按我们一开始自己画的电路图，恐怕根本不能让行李传送车正常运转。”

实现15年间持续使用
其他特殊车辆的EV化也在构思中

在今年2月27日，终于成功通电，让原本计划报废的行李传送车以电动车的身份重生。3月7日，在ANAMS的场地内行驶，确认装卸功能也能正常运作。自那以后，团队不断进行实验性行驶，以达到投入实际使用的目标。

“行驶和装卸所需的性能以及操作手感，都达到了与传统的柴油引擎同等的水平。”

小暮自豪地说道，由于他们不懈的努力，原本即将“寿终正寝”的行李传送车，现在能继续使用约15年。

“通过EV化，这台车辆得到了低噪音、低污染的特性。最重要的是，通过对这台行李传送车的改造，预计每年可减少2.1吨的二氧化碳排放量。”

全日空拥有386台行李传送车。放眼全日本的地勤系统，在各机场约有1万4千台在运作。

“现在，我们正在进行第二台行李传送车的改造，预计明年初就能通电。我和同事们都在讨论，未来希望将EV化运用到，例如供乘客上下飞机使用的‘旅客登机梯’等其他设备上面。”

旨在进一步削减二氧化碳排放量的项目，今后发展着实令人期待。

Photographer: Tatsuya Mizuno Interviewer/writer: Takeshi Nakamoto 摄影：水野龙也 采访 / 撰稿：仲本刚

an EV from scratch was feasible. To be honest, I didn't even understand what 'conversion' meant at first. I was asking, 'What exactly is that?'," he recalls with a laugh. "That's where I started."

The project began in May 2022, starting with the procurement of the base vehicle.

"We got a 1994 diesel-powered belt loader from ANA, which had been in active service at Narita Airport for 29 years before being decommissioned."

For reference, the typical lifespan of a belt loader is about 20 to 25 years, though this can vary depending on factors such as soil salinity where it's used and its operational history.

Tatsuya and his team worked diligently to restore the vehicle's aging parts, using various restoration techniques like sheet metal repairs. After creating the structural design and assembling the electronic circuits for the conversion, they removed the engine, the heart of the vehicle, and the fuel tank. At the same time, they sourced and installed new components, including lithium-ion batteries, drive motors, cargo handling motors, a reduction gear to limit motor speed and achieve high torque, and an ECU (electronic control unit).

The most challenging part, as Tatsuya said before, was designing the electronic circuits and creating the accompanying wiring diagrams.

"This was our first time designing circuits ourselves. Since EVs are still relatively rare in the aviation industry, we really started from scratch. We would draw the wiring diagrams, exchange ideas with fellow engineers, and rely heavily on advice from the Association for the Promotion of Electric Vehicles, who assisted us from the beginning. It was a process of gradually deepening our understanding and refining the design. Looking back now, the wiring diagrams we initially created probably wouldn't have made the belt loader work at all."

Tatsuya shows off the heart of the EV belt loader. "After charging for about 60 minutes, it can operate for a full day, even when handling the busy domestic flight schedules at Haneda Airport," said Tatsuya.

小暮展示了EV化行李传送车的“核心部件”。他表示：“只需充电约60分钟，即使用于支援繁忙的羽田机场日本国内航线，也能充分运作一整天。”

Adding 15 more years of service and plans to convert even more specialized vehicles to EVs

On February 27 of this year, the team finally got the vehicle running. The belt loader, which was slated for disposal, found new life as an EV. By March 7, it was being driven around the ANAMS facility, with the cargo handling functions operating smoothly. Since then, they've conducted multiple test drives, preparing it for real-world use.

"The performance and handling for driving and cargo operations are now on par with the diesel-powered belt loader," Tatsuya says proudly.

Thanks to the tireless efforts of Tatsuya and his team, the belt loader—once on the verge of retirement—now has the potential to run for an additional 15 years.

"After the EV conversion, the vehicle is now low-noise and low-emission. Most importantly, converting just this one belt loader is expected to reduce CO_2 emissions by 2.1 tons annually," Tatsuya says.

ANA owns 386 belt loaders. Across all GSE, approximately 14,000 vehicles are operating at airports nationwide.

"We're currently working on converting a second belt loader and expect to have it powered up by early next year. In the future, we'd like to convert other GSE vehicles to electric as well. For example, we've been discussing converting passenger steps—the staircases passengers use to board and disembark from planes—into EVs," Tatsuya shares.

With these efforts, the potential for even greater CO_2 reductions continues to grow.

小暮表示：“老实说，项目刚开始时，我心里是没有底气的，对能否成功将信将疑。经过两年的努力，最终完成。当电源开启并且一切运转正常时，我感觉真是太好了，悬着的心总算是放下了。”

在羽田机场不远处的车库里，身穿维修服的小暮龙也眯着眼，注视着缓缓驶来的车辆。车辆运转时发出的声响小得惊人，完全不像是这种规格应有的声响。

今年春季，隶属于全日空集团的全日空MOTOR SERVICE株式会社（以下称ANAMS）成功将柴油引擎的“行李传送车”自主改造为EV（电动车），实现了废弃车的回收升级。该车于5月份正式上线，受到各方的广泛关注。

“行李传送车”是一种装有传送带等装卸设备的特殊车辆，用于飞机货舱的行李装卸，属于“GSE（机场地勤车辆）”的一种。

"To be honest, when the project first started, I was somewhat skeptical. I wondered if we could actually pull this off. Fast forward two years, and when it was finally complete and powered up without any issues, I was overjoyed, like, 'We did it! Thank goodness!' It was such a relief."

In this garage not so far from Haneda Airport, Tatsuya Kogure, wearing his mechanic's uniform, narrows his eyes on a slowly approaching vehicle. It's surprisingly quiet, especially for its size.

This past spring, ANA Group's ANAMS (ANA MOTOR SERVICE) successfully converted a diesel-powered belt loader into an EV (electric vehicle), upcycling what would have otherwise been scrapped. When the vehicle was unveiled in May, it garnered significant attention from various sectors.

A belt loader is a specialized vehicle, a type of GSE (ground support equipment), which is used to load and unload luggage from an aircraft's cargo hold using a system of conveyor belts.

ANA, as a group, has set a medium-term environmental goal to reduce CO_2 emissions by more than 33% from 2019 levels for non-flight operations by 2030. The shift to EVs for GSE vehicles has become an essential part of achieving this goal.

Tatsuya and his team from the ANAMS GSE Maintenance Department took on this challenge.

"As maintenance professionals, we were used to maintaining vehicles, but creating a vehicle from scratch was a whole different ballgame. The most challenging part was designing the electronic circuits and drafting the accompanying wiring diagrams. While we were familiar with maintenance tasks and reading wiring diagrams, actually creating them from scratch was an entirely new experience for us," Tatsuya says, scratching his head and laughing.

When told that inventing his own EV makes him ANA's Elon Musk, he responds with a modest laugh. "Oh no, I'm not such an entrepreneur," he says with a sheepish grin.

The ANA Group has a history of achieving firsts in various fields, both for Japan and the industry at large. Once again, they've accomplished a first in Japan's airline industry with this initiative. We spoke with these professionals in vehicle maintenance to learn about their approach and work style.

From passenger car maintenance to the world of specialized vehicles

Tatsuya joined ANAMS in 2017, having previously built his career as a mechanic at a major manufacturer-affiliated dealership.

"After graduating from vocational school, I worked as a dealership mechanic for 15 to 16 years. During that time, I gained experience in everything from repairs to bodywork for passenger cars. With that extensive background, I felt ready to take on work involving more specialized vehicles."

Tatsuya eagerly plunged into the world of specialized vehicle maintenance, but his new challenge proved to be anything but straightforward.

"When I first joined, it was quite a struggle. GSE vehicles were so different from the passenger cars I was used to that I wondered, 'Is this even a car?' I had to get used to hydraulic schematics, which were completely new to me. And the size of the parts was a shock. What would be a palm-sized component in a passenger car was huge and heavy in a GSE vehicle. It was quite overwhelming at first," he recalls with a laugh.

Despite these hurdles, Tatsuya says, "I've always enjoyed a challenge." So he persevered at ANAMS.

"When I want to try something new, I'm never dismissed out of hand. More often than not, I'm encouraged because they want me to try new ideas. ANAMS is a place where employees can dream big and pursue those dreams," he says, smiling.

Though he's often experimenting with new ideas, he's never faced a challenge as a mechanic quite like the GSE upcycle project.

Converting decommissioned specialized vehicles to EV

Reducing CO_2 emissions is a major issue facing our world. As mentioned earlier, ANA Group aims to cut CO_2 emissions from non-flight operations by 33% by 2030. ANAMS, a key player within the group, proposed converting GSE vehicles to electric as part of this goal.

"I said before that I was skeptical whether this would work, and meant that. Even experienced colleagues from my time at the dealership questioned whether making

A New Ambitious Story
Wings Style
翼之流仪
Vol.26

Maintenance personnel tackle a first for the airline industry

维修负责人挑战“航空业内首创”

Upcycling a belt loader subject to disposal into an electric vehicle

将行李传送车回收升级为电动车
计划开发后续产品

A belt loader used to load baggage into the cargo hold of airplanes at airports has been reborn as an EV (electric vehicle). The project was undertaken by mechanics who specialize in maintaining GSE (ground support equipment), including belt loaders. How did this challenging venture into unknown territory come about?

在机场内，用于飞机货舱的行李装卸的“行李传送车”，作为 EV（电动车）重获新生。负责该项目的是从事行李传送车等“GSE（机场地勤车辆）”的维修工作的技师。这是一场前所未有的全新挑战，它是如何进行的呢？

返回目录 Back to Contents

Sky Trip to Heal the Senses

Akita 秋田 — vol.26

Author 向导：

Mikie Sasano, comprehensive sauna producer

桑拿综合制作人 笹野美纪惠

Mikie Sasano works with healthcare organizations to offer new wellness-related solutions, in addition to producing saunas and spa facilities. She has produced a unique, well-known sauna facility called Sauna Shikiji, owned by her family in Shizuoka Prefecture.

除了综合策划桑拿、水疗设施，还与医疗机构合作，推出新形式的健康疗愈。在她的精心浇灌下，其老家静冈县的“ 桑拿 Shikiji” 已成为独一无二的品牌，并被誉为桑拿圣地。

Sulfur crystals around the fumaroles shimmer like ice-covered trees

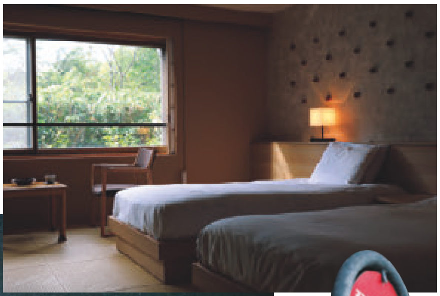
喷气孔周围形成的硫磺结晶宛如树冰

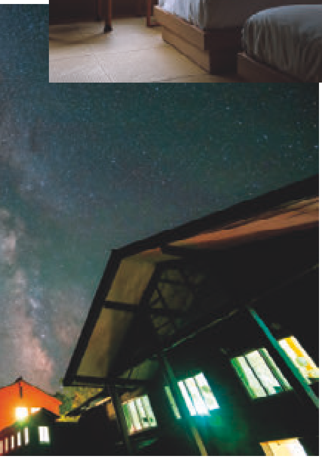
Your head stays out of the cabinet while steam and heat boost your metabolism

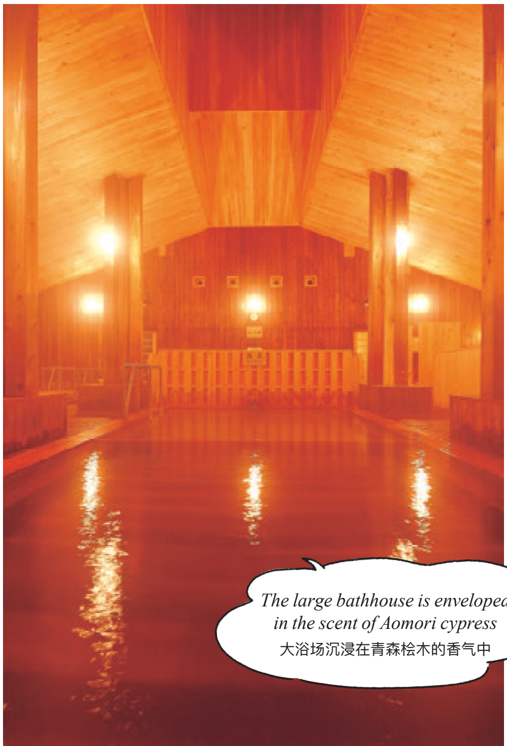
颈部以下进入汗蒸箱
以水蒸气和热气提高代谢

Guests at Tamagawa Onsen enjoying the natural rock bath

天然岩盘浴吸引
众多游客前往玉川温泉







The large bathhouse is enveloped in the scent of Aomori cypress

大浴场沉浸在青森桧木的香气中

From steam cabinets and steam baths to soaking in a natural rock bath beneath the Milky Way

体验箱蒸汤和蒸气浴 更可在天然岩盘浴中眺望璀璨银河

Man-made creations can never quite compare to the power of nature. That's the overwhelming aura of Shin-Tamagawa Onsen, renowned for having Japan's most acidic hot spring.

For 26 years, this facility has remained a well-kept secret and beloved therapeutic bath. They invite guests to enjoy water drawn from the same wellspring as the popular Tamagawa Onsen year-round. This spring boasts a temperature of 98°C. The large bathhouse offers 14 different baths, including a 50% diluted acidic bath, a mildly acidic bath, and bubbling baths. Among the most popular features are the steam cabinets and the steam bath, which is similar to a mist sauna. These baths promote sweating, and the steam—rich in hot spring minerals—gets absorbed through the nasal membranes and skin. This is thought to help keep skin smooth and possibly even provide relief from skin conditions, neuralgia, and asthma. The natural power of the hot spring is incredible on its own, and the way the facility enhances its benefits is truly impressive. No matter how advanced electric or wood stoves get, they can't surpass the power of nature.

"Our highest priority is temperature control for the baths. Since guests stay for long periods of time for therapeutic benefits, they can sense even a small difference. We adjust the temperature manually for each bath," says manager Shinichi Abe.

About a five-minute drive from the inn, the Tamagawa Onsen Nature Research Path offers stunning sights like the Obuki Spring, which boasts a flow rate of 9,000 liters per minute, as well as fumaroles spewing jets of steam and rumbling like thunder. For a more immersive experience, you can soak up some natural heat by lying on a straw mat over the warm rocks.

人类所创造的事物，终究无法与自然力量匹敌。每次造访时，这种感受都会涌上心头，这里便是以日本第一强酸性温泉而闻名的温泉设施“新玉川温泉”。

被誉为秘境疗养温泉的「玉川温泉」深受喜爱，该温泉旅馆已有26年历史，全年皆可享受与玉川温泉相同的泉源。源泉的温度高达98度，大浴场中有14个浴池，泉种丰富。包括将酸性泉稀释至50%的浴池、弱酸性温泉以及碳酸温泉等。其中最推荐的是从脚底升起蒸汽的“箱蒸汤”和类似于水雾桑拿的“蒸气浴”。这些温泉促进排汗，蒸汽中的温泉成分可通过鼻黏膜和皮肤吸收，并使肌肤光滑。据说还能够缓解皮肤病、神经痛和哮喘等问题。源泉的功效自然毋庸置疑，而最大程度发挥其效用的设施也着实令人赞叹。尽管功能完备的电气或烧柴的暖炉不断推陈出新，却无法超越自然的力量。

管理者阿部真一表示：“我最注重的是浴槽的温度管理。温泉疗养的客人会长期停留，若温度稍有不同，他们便会察觉到。因此每个浴槽的温度都是手动调节的。”

从旅馆开车约5分钟抵达“玉川温泉园地自然研究路”。在此能见到每分钟涌出9000升泉水的源泉“大喷”，还有发出轰鸣声和热腾腾雾气的喷气孔。简直就像大地在呼吸！给岩石铺上席子，通过天然岩盘浴感受地热也是一个绝佳选择。

On clear days, you can sometimes see the Milky Way
若夜空明朗
则银河清晰可见

Shin-Tamagawa Onsen

Opened in 1998 as a sister facility to Tamagawa Onsen, one of the country's leading therapeutic hot spring inns, this modern yet warm inn is accessible to guests of all abilities. There are various types of guest rooms available. Lavish buffets offer a variety of Akita's local cuisine and seasonal flavors.

Address: Tazawako Tamagawa, Semboku, Akita
TEL: 0187-58-3000 (Reservation center)
https://www.shintamagawa.jp

于 1998 年开业，与全日本著名的“玉川温泉”同源的温泉疗养旅馆。馆内采用贴心的无障碍设计，具现代感且氛围温馨，客房类型丰富多样。供餐为自助餐形式，可尽情享用秋田的地方特色菜和应季美食。

地址：秋田县仙北市田泽湖玉川
TEL：0187-58-3000（预约中心）

 Photographer: Koari Nakabayashi Editor: Hiroko Hattori 摄影：中林香 编辑：服部广子

而后我抵达"料理旅馆 田事"。会津料理在此汇聚一堂，无论晚餐还是早餐，都能度过一段美妙时光。与美食搭配，自然少不了会津的当地酒。店里的主厨汤田 Masumi 女士坚守传统美味，阳光开朗，受到所有人的爱戴，也难怪这家店有这么多当地的老顾客。

让我印象深刻的是蘸上辣味噌的当地马肉。柔软的口感和让人回味无穷的味道，搭配上当地酒堪称完美。
在尽情享用美食之后还能直接在房间躺下休息，十分惬意。第二天早晨，我们品尝了"Meppa 飯（圆盒饭）"。"Meppa"是源自" Magewappa（木质便当盒）"当地方言的说法。圆盒饭搭配小白鱼和蕨菜等数种可选配菜，外加会津宴席上不可或缺的乡土炖菜"Kozuyu"，通过这些美食，我彻底领略了会津地方菜的魅力。

归途中我顺道去了一个名为"天狗山"的地方。山中笔直的杉树高耸林立。沿着静谧的山道行走，能随时感受到鸟儿和小动物的气息。当然，也包括天狗的气息在内。

Meppa rice. Clockwise from the right: baby sardines, crab, bracken, and salmon with salmon eggs. The smaller bowls in the lower right are kozuyu. (Tagoto)

右起顺时针方向的圆盒饭口味依次是，小白鱼，蟹肉，蕨菜，三文鱼和鱼籽。右下角是"Kozuyu"。（出自" 田事"）

References: Ouchijuku Hange Matsuri chosa hokokusho [Ouchijuku Hange Festival survey report], March 1988, Shimogo Town Board of Education / Rekishun booklet 6 Oku-Aizu Ouchijuku, Minoru Otsuka (Rekishi Shunju Publishing Co., Ltd.) / Nihon jingi yurei jiten [Dictionary of the history of Japanese gods], KASHIWA SHOBO Publishing Co., Ltd. / Yasoukidan [Demon stories at the night window], Kosai Ishikawa (Shumpusha Publishing)

出处：《大内宿半夏祭调查报告书》1988 年 3 月（下乡町教育委员会）/《历春手册 6 奥会津大内宿》大冢实（历史春秋出版）/《日本神祇由来辞典》（柏书房）/《夜窗鬼谈》石川鸿斋（春风社）

Aizu-style hospitality
A restaurant and inn that will please your stomach

From the left, shiitake mushrooms stuffed with meat, soft-boiled eggs (called *bakudan*), and other types of fried food on skewers. (KUSHITSURU, home of the original Aizu-style fried foods on skewers with sauce)

左起依次是“香菇镶肉”，“ Bakudan (半熟鸡蛋)”，以及炸串。
(出自“元祖会津 酱汁炸串 串鹤”)

After the Hange Festival featuring the tengu (or Sarutahiko), I headed toward Aizu-Wakamatsu. I passed through the foothills of Mt. Iimori, a place associated with the history of the Shinsengumi, a group of elite warriors who fought to preserve the Edo shogunate in the 1860s. Tempted by a tantalizing scent, I stopped at KUSHITSURU, a shop home to the original Aizu-style *kushikatsu*, fried foods on skewers covered with sauce. Locally sourced ingredients, such as chicken tenders and breasts from Aizu-raised chickens and Aizu-raised pork fillet, are fried and then dipped twice in a famous Aizu sauce. I thought the sauce would be very rich, but it's surprisingly light due to the citrus fruits that have been soaking in the sauce since the day before. I couldn't help but eat and eat.

Then I arrived at Restaurant and Inn Tagoto. At breakfast and dinner, the tables are full of Aizu cuisine, providing a truly blissful dining experience. Of course, the food is paired with locally brewed Aizu sake. Chef Masumi Yuda, who preserves the flavors of her forebearers, has a glowing personality and is adored by her customers. No wonder that many locals are regular patrons.

One of the dishes that made an impression was the raw horse meat, sourced from the region, served with spicy miso. The tenderness and rich flavor go perfectly with local sake.

And what a luxury, to be able to lie down in your room after eating to your heart's content! The next morning, we tried *meppa* rice. Meppa is a word in the local dialect for a curved wooden box. You can choose several different types, including *shirasu* (baby sardines) and *zenmai* (an edible fern). It is served with *kozuyu*, a traditional dish of simmered foods that is always found on Aizu banquet tables. I enjoyed each and every flavor of Aizu.

On the way home, I stopped at the aptly named Mt. Tengu. Walking along the quiet mountain path lined with towering cedars, I felt the presence of birds and other woodland creatures all around me. And of course, tengu.

会津风格的款待令人垂涎的料理旅馆

天狗 (猿田彦) 漫步的半夏祭结束后，沿着通向会津若松的道路，途经香气扑鼻的“元祖会津 酱汁炸串 串鹤”。这家店位于与新选组颇有渊源的饭盛山脚下。店里提供会津土鸡的鸡柳串、鸡胸肉串，以及会津当地的猪肉里脊串等地方特色食材，并为食材涂上两次会津著名的特色酱汁。由于店家会提前一天将柑橘类水果浸泡在酱汁中，因此酱汁看似油腻，实则口感清爽，让人欲罢不能。

The front of Tagoto. It is surrounded by a quiet residential neighborhood, so you can feel truly at ease.

“ 田事”的正门照。位于可令人放松的静谧住宅区

Dinner was a feast of Aizu cuisine, including herring pickled with Japanese pepper and simmered bracken, among other dishes.

晚餐包括山椒腌制的鲱鱼、凉拌蕨菜等多种美味的会津料理

There is a wide variety of rooms for dining, including rooms with a sunken hearth.

用餐房间的地炉等设施配备齐全

Raw horse sashimi, a relatively unknown local delicacy of the Aizu region, is served with spicy miso.

会津地区鲜为人知的乡土料理——马肉刺身佐辣味噌

1

In Aizu, the red-skinned, long-nosed tengu are also known for their massive feet. They cast out the bad luck and bring in the good.

会津的天狗有着赤面、长鼻和大脚。被认为能够驱邪除恶，招来福运

2

3

Here I was told that the two walking together are not actually tengu. They represent the deity Sarutahiko, who is said to have been sent by the sun goddess Amaterasu to guide her grandson Ninigi-no-Mikoto to Earth. He has red skin and a large nose, and some speculate he's the origin of the legends about tengu. Let's walk where the tengu guide us and explore the Aizu area, where these ancient myths are still told today.

追寻天狗的身影前往茅草屋顶的建筑群

天狗的传说遍布全日本，可说是十分显眼、所有人都很熟悉的妖怪。关于天狗的起源众说纷纭，江户时代的儒者皆川淇园认为是壮志未酬身先死的修行僧的强大灵魂化作天狗，成为了赏善罚恶的存在。在会津地区有传说称，山中传来的大树倒下的声音便是天狗所为。还有说法称如果有人辱骂天狗，便会遭其大脚踩穿屋顶。诸如此类的传说在当地源远流长。

某日，笔者得知在留有江户时代宿场町（以驿站为中心形成的街区）风貌的大内宿，会举办由戴着天狗面具的人物领头前行的“半夏祭”，便决定带着依自己的理解设计的大脚天狗前往现场。

这里是国家重点传统建筑群保存地区的大型茅草屋顶建筑群。半夏祭的队伍从附近的高仓神社出发，一边驱逐途中的邪魔，一边庄严地沿主要街道前行。这是传承自江户时代后期已有悠久历史的祭典。在此期间，在大城市工作生活的孙辈和曾孙辈们都会返乡前来这四十多座老宅。

我了解到，带着面具行走的二位并非天狗，而是猿田彦。据传猿田彦是遵循天照大神的旨意，负责引导琼琼杵尊的神祇。猿田彦面部赤红，鼻子硕大，据说是日本全国天狗传说的起源。我想在古代神话流传至今的会津地区，随天狗散步一番。

(1) The Hange Festival procession is led by a lion mask, followed by the Ministers of the Right and Left, figures from ancient Japanese court ranks. Next are the Sarutahiko, resembling tengu. (2) The thatch-roofed houses of Ouchijuku are built strong enough to withstand even a major earthquake. (3) At Honke Tamaya, where the procession stops for a break, the specialty is *shugen soba* (leek buckwheat noodles), a dish eaten using a leek. The leeks are served uncut, and are used as both eating utensils and condiments. The set meal includes tempura made with seasonal vegetables and *tochi-mochi*, a sweet made with chestnuts and rice.

[1] 半夏祭的队伍中，最前面的是狮子头，然后是右大臣和左大臣，随后是戴着天狗面具的猿田彦。[2] 大内宿的屋舍十分强韧，能承受剧烈地震。[3] 途中的休息地点“本家玉屋”，有一道叫作“祝言荞麦”的著名美食。这是用一根大葱把面卷起来吃的荞麦面。大葱有着“不被切断”的吉祥寓意，可作为筷子使用，也可作为佐料食用。如果选择套餐，还会附上时令的天妇罗或栃饼等。

Places to walk among Japanese spirits

Ouchijuku Ouchi, Shimogo-machi, Minamiaizu-gun, Fukushima
Honke Tamaya 3 Ouchiyamamoto, Shimogo-machi, Minamiaizu-gun, Fukushima ☎0241-68-2946
KUSHITSURU 16 Bentenshita, Oaza-Yahata, Ikki-machi, Aizu-Wakamatsu, Fukushima ☎0242-32-6094
Restaurant and Inn Tagoto 5-15 Johoku-machi, Aizu-Wakamatsu, Fukushima ☎0242-24-7500

妖怪散步景点

【大内宿】福岛县南会津郡下乡町大内
【本家玉屋】福岛县南会津郡下乡町大内山本 3 ☎0241–68–2946
【串鹤】福岛县南会津若松市一箕町大字八幡辩天下 16 ☎0242–32–6094
【料理旅馆 田事】福岛县南会津若松市城北町 5–15 ☎0242–24–7500

Exploring 47 Japanese Folk Monsters
日本47妖怪散步

Interviewer/writer/clay artist: **Yuka Morii**
Photographer: Shigeo Gomi
Editor: Sakurako Nakano

采访·撰稿·美工 **森井由佳**
摄影 五味茂雄
编辑 中野樱子

25

Tengu
Fukushima

Tengu are mountain spirits living throughout Japan. In Aizu, the tengu have feet so large, they can kick through a house. If you hear the sound of a large tree falling or a boulder rolling down a mountain, it may be a turf war between tengu.

Rewarding good, punishing evil

天狗 福岛

存在于日本全国各地的山神。会津的天狗有着能踏穿房屋的大脚。如果听见深山传来大树倒下或石头滚动的声音，那可能是因为天狗们在争夺地盘。

福善祸淫

From the thousands of yokai (folk monsters) believed to inhabit every corner of Japan, Yuka Morii selected one for each prefecture, which she then sculpted based on a unique interpretation of the folklore. Welcome to the Night Parade of One Hundred Flying Demons, where ghosts lure you into your journey.

相传日本全国各地共有数千只妖怪，
从各都道府县分别选出一只妖怪，
经过独到的诠释制作成实物。
欢迎您接受妖怪的邀请，踏上飞天百鬼夜行之旅。

Chasing the tengu to a town of thatch-roofed houses

The tengu is a famous Japanese spirit, prominent in traditional tales throughout Japan. There are various theories about the tengu's origin, but according to the Edo-era (1603-1868) Confucian scholar Kien Minagawa, there was once a monk in training who died before completing his life's work. His spirit was so strong that after dying, he turned into a tengu, bringing good luck to good people and misfortune to bad people. In the Aizu area, there are many tales told about the tengu. A thundering sound heard in the mountains, which might be mistaken for a large tree falling, is said to be the work of a tengu. If you gossip or speak badly about a tengu, one of them might crash through your roof with their huge foot.

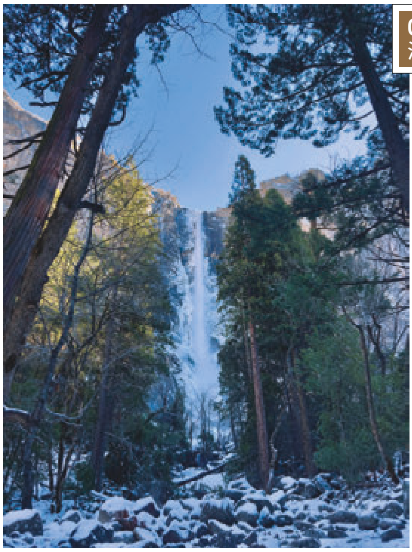
I learned that the town of Ouchijuku, which still retains the appearance of an Edo-era post town, holds the Hange (Mid-summer) Festival each year in which people wearing tengu masks lead a procession. I decided to go there, bringing my own large-footed tengu sculpture based on my personal interpretation of the legends.

This town, full of large thatched-roof homes, has been designated a national Preservation District for Groups of Historic Buildings. The Hange Festival procession starts at the nearby Takakura Shrine and proceeds solemnly down the main street, exorcising demons as it goes. This historic festival has been held since the late Edo era. During this time, many of the grandchildren and great-grandchildren of those who live in the town's roughly 40 thatched-roof houses return from the city to take part.

Yuka Morii is a sculptor, character designer, and author of numerous publications. Among her many projects, she has illustrated Pokémon trading cards and designed popular children's toys.
森井由佳：立体美术家/角色设计师　曾担任宝可梦卡片游戏的绘画、面粉粘土全套“Nen Do！”的监制等。著有多本书籍。

Overseas edition
海外篇

Amazing *"Local Premium"* finds by ANA employees!
vol.25
员工的发现!各地精品推介

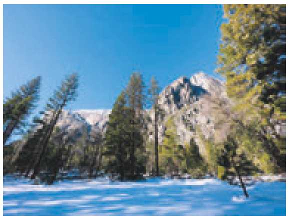


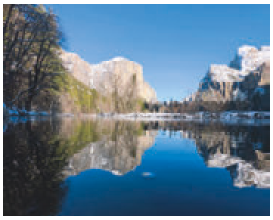
The breathtaking winter scenery of Yosemite National Park
优胜美地国家公园 压轴的冬季美景

California, USA
美国加利福尼亚

Yosemite National Park in central California is a popular tourist destination offering beautiful scenery year-round. I recommend visiting in winter when the park is blanketed in snow. All throughout the forest, you can see beautiful sights like frost-covered trees, but be sure to gaze up at Yosemite's iconic towering rock formations, Half Dome and El Capitan. The temperatures get so low that even the waterfalls freeze. You might even find rare half-melted waterfalls, where the sound of rushing water mixes with the sound of cracking ice.

位于加利福尼亚州中央部的优胜美地国家公园是一年四季皆可欣赏美丽景观的热门旅游胜地。我推荐严寒时节造访。冰雪覆盖的景色非常迷人。可在途中欣赏雾凇等美丽景观。尤为值得一看的是优胜美地的象征——巨大的岩山、半圆丘(Half Dome)和埃尔卡皮坦(El Capitan)。建议您前往山脚下仰望这些壮丽的岩石。在瀑布结冰的严寒中,或许会遇到能同时欣赏瀑布水声和冰块移动的声音的罕见现象。





Yusuke Aoki／Yusuke creates schedules for B787 pilots and handles detailed adjustments related to B787 aircraft. His hobbies include cars and traveling, particularly to snowy regions.

青木 佑介／负责B787型飞机机长的日程安排以及与B787型飞机相关的细节调整。爱好旅游和汽车,尤其喜欢雪国。

Discover your perfect Chinese tea and tea utensils at this market
能邂逅到心仪的 中国茶与茶具的市场

Shanghai, China
中国上海

There are many markets in Shanghai where you can buy Chinese tea, but I especially love Tianshan Tea City. When I lived in Shanghai, I would buy tea here and carry it in a thermos every day. If you're unsure which tea to choose, you can sample various options, making shopping fun and easy for tourists. My personal favorite is the chrysanthemum tea, which has a gentle floral aroma and taste that's simply addictive. There are also shops specializing in tea utensils, so you can find your perfect tea along with beautiful teapots and accessories.

在上海有许多中国茶市场,其中我最喜欢的是"天山茶城"。我在上海居住时,每天都把从这里购买的茶叶装在保温瓶,随身携带。若不确定哪种茶更合适,还可试饮,因此可以安心购物。我特别喜欢一种叫做"菊花茶"的中国茶。它散发着温和的菊花香气和味道,让人欲罢不能。此外还有茶具店,因此不仅是茶叶,同时也能淘到心仪的茶具。

Mariko Todoroki／As a Staff Advisor (SA), Mariko manages cabin crew and internal affairs in the business development department, where she pursues new business ventures. She lived in Shanghai for two years.ars and traveling, particularly to snowy regions.

轰 真梨子／作为SA(员工顾问),同时负责客舱乘务员和业务开发部的内部工作。在事务所主要负责新业务的营销。拥有两年的上海居住经验。

A Japan-centric festival that attracts 400,000 visitors
40万人造访的 日本文化节

Ho Chi Minh, Vietnam
越南胡志明

Have you heard of the Japan Vietnam Festival held annually at September 23rd Park in Ho Chi Minh City? This event showcases Japanese food, culture, and tourist attractions, and when it was held this March, there were over 250 booths to enjoy. It's a hugely popular event, attracting over 400,000 visitors. The festival features elaborate experiences like areas with real snow and *bon odori* (festival dancing), offering a full day of fun for both locals and tourists. The next festival is scheduled for March 8th and 9th, 2025. It's a great addition to a visit to Vietnam.

您是否了解每年在胡志明市的"9月23日公园"举办的"日越文化节"?这是介绍日本的美食、文化和旅游景点的活动。今年3月开展之时,约有250个展位汇聚一堂。活动共吸引了超过40万名访客,广受欢迎。其中包括还原真实雪花飘落的布景区域以及盆舞活动等,不仅当地居民,游客也能利用一天时间尽情游玩。下次活动预计将在2025年3月8日至9日举行。建议前往越南旅游时加入行程,前往参观。

Photo: Japan Vietnam Festival Executive Committee

Kasumi Kinoshita／Kasumi works in the Global Marketing Department, responsible for inbound promotion and external collaborations. Her hobbies include traveling and diving.

木下 霞／隶属于全球市场部,负责推动入境旅游以及与外部的合作。爱好旅游和潜水。

Amazing “Local Premium” finds by ANA employees!

vol.25

员工的发现！各地精品推介

Everything from exquisite food to outstanding restaurants, secret scenic views and traditional delicacies – ANA Group employees from within Japan and around the world share their special local reviews.

从佳肴到顶级餐厅，从秘境到传统美食。
来自全球的全日空航空公司集团员工，带来最真实的各地精品推介。

Kanagawa Prefecture, Yokosuka & Miura Special Feature 神奈川县横须贺&三浦特集

Celebrating the "Fly! ANA Windsurfing World Cup YOKOSUKA MIURA Japan"(November 8th–12th)!

“ANA风帆冲浪世界杯 横须贺&三浦大会”（11月8日～12日）开幕纪念！

A small uninhabited island in Tokyo Bay to explore to your heart's content

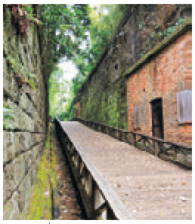
可以体验到探险的感觉 位于东京湾的小小无人岛

Steeped in history, Sarushima Island is home to the remnants of a battery from the Meiji period (1868–1912) that has been designated as a historical site. A 10-minute boat ride from the Mikasa Terminal in Yokosuka City, this uninhabited island is so small it only takes about 60 minutes to walk around the entire thing. In summer, you can enjoy a barbecue, but my recommendation is to explore the island's lush green forests and mysterious brick tunnels. Plus, the island is one of the venues for the regional art festival SENSE ISLAND/LAND 2024 until December 15th, making this the perfect time to visit.

猿岛是一个珍贵的历史遗址，其明治时代的炮台遗迹被认定为史迹。从位于横须贺市的三笠码头乘船约10分钟便可抵达该岛，步行绕岛一周约需60分钟。夏季您可在此享受烧烤，而我推荐的是体验探索的乐趣，在绿意盎然的树林中和砖砌隧道中感受独特的景观。此外，以猿岛和陆地为舞台的地区艺术节“SENSE ISLAND / LAND - 感官之岛与感官之地 2024 -”也在火热举办中，活动将持续到12月15日，很推荐前往参观哦。

Ayumi Yamaguchi／Ayumi handles regional revitalization projects as a part of ANA Akindo. Her hobby is traveling across Japan. She enjoys utilizing the knowledge she's gained through her work to visit various places and experience their charms firsthand.

山口 爱弓／在“ANA akindo”中负责地区振兴业务。爱好国内旅游，喜欢借助工作中接触到的地区信息，亲自前往体验各地的魅力。



An oceanfront cafe beloved by athletes

深受比赛选手的喜爱 海滨咖啡馆

Located on Tsukuihama Beach in Yokosuka City, Dessert & Cafe Blue Moon, which will celebrate its 20th anniversary next year, is one of my favorite spots. With stunning oceanfront views, the cafe offers exquisite sweets, like pancakes, that are handmade and health-conscious. Other options include chili bean cheeseburgers on natural yeast buns, taco rice, and more. During the "Fly! ANA Windsurfing World Cup Yokosuka Miura Japan," participating athletes might visit the cafe. If your timing is right, you could eat alongside some of the world's top athletes.

我很喜欢位于横须贺市津久井滨海岸的咖啡馆“Dessert&Cafe Blue Moon”，他们将在明年迎来20周年。在绝佳的海滨景色中，享受如煎饼等纯手工制作的美味轻食甜点。此外，还可品尝采用天然酵母发酵而成的面包所制作的辣豆芝士汉堡、塔可饭等美食。在“ANA风帆冲浪世界杯”期间，出场选手们也可能光临此地，因此如果运气好的话，您可能会遇到世界顶级的职业选手。

Megumi Kato／Megumi works on regional revitalization, with the hopes that "more people will travel on ANA flights and spread joy across Japan." Her hobby is eating delicious local foods while traveling.

加藤 惠美／以“希望大家乘坐全日空航班前往各地旅游，从而带动日本经济”为初衷负责地区振兴业务。爱好在旅游目的地品味当地美食。

A vast forest with a precious ecosystem, the only one of its kind in the Kanto region

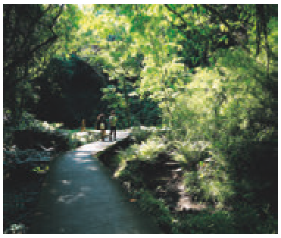
被称为“关东地区独一无二”保留着珍贵生态系统的广袤森林

Koajiro Forest, located at the tip of the Miura Peninsula and facing Sagami Bay, is a vast 70-hectare forest brimming with untouched natural beauty. It consists of forests, wetlands, and tidal flats that stretch to the sea. These are catchment areas, meaning water flows down from them into the Uranokawa River that cuts through the center of the region. Apparently, this is the only place in the Kanto region where such a precious ecosystem remains in its natural state. The forest features well-maintained walking trails, allowing visitors to view rare creatures like the red-clawed crab up close. Bask in the sea breeze, lush greenery, and vibrant life of the forest.

位于三浦半岛末端，面向相模湾约70公顷的“小网代森林”是一个保存完好的广袤原始森林。该森林中央的“浦之川”流域从森林、湿地和潮间带延绵至海洋。被誉为关东地区唯一保留完好自然生态的场所。森林内设有步道，游客可近距离观赏包括红螯蟹在内的稀有生物。推荐前往体验宜人的海风、绿意盎然的自然环境以及丰富的生物多样性。

Kotaro Noda／Kotaro is working hard on regional revitalization projects. Until March of this year, he was assigned to work at a TV station in Osaka. He lives for his three children and watching soccer every weekend.

野田 光太郎／为推动地区振兴业务，每日不断努力。直到今年3月，结束了被派往大阪的某电视台工作。照料家里三个孩子和每周末观看足球比赛是生活的动力所在。



Hamaguchi Suisan Inc.
https://www.hamaguchi.okinawa
滨口水产
https://www.hamaguchi.okinawa

A marine product processing company devoted to revitalizing Miyako

以振兴岛屿为目标的“进取型”水产加工公司

Hamaguchi Suisan is committed to developing skipjack tuna-based products with the goal of stimulating the island's economy. To that end, they've rolled out a steady stream of delicious products. For example, they've packaged an island variation of miso soup, *kacchu-jiru* (also called *shobu-jiru* or "victory soup"), which is a favorite of fishers. Another is skipjack tuna and tuna *tsukudani*, a thinly sliced and simmered dish. Also popular is their tempura flour, which was developed to encourage people to enjoy cooking fish by ensuring a fail-proof deep-frying process that doesn't require eggs. Hamaguchi Suisan is promoting Miyako and helping breathe new life into the island.

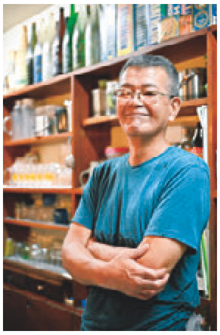
滨口水产以振兴岛屿为目标，致力于开发使用鲣鱼的产品。除了渔民王牌汤汁商品化而成的“胜负汁”，还陆续推出了鲣鱼汁、鲣鱼和金枪鱼的佃煮等商品。出于让大家享受美味鱼肉的想法，他们还开发出了不用鸡蛋就能炸制的天妇罗粉。无论谁来都能炸出美味，广受大家喜爱。推广宫古岛魅力，为地区振兴做出贡献。

Miyakojima's oldest restaurant 宫古岛“最古老”的餐厅

Restaurant Nomura https://no-mu-ra.com/nomura.html

Nomura, a long-standing eatery with over 60 years of history, was opened by the previous proprietor on the premises of an *awamori* (Okinawan distilled spirit) brewery. Though once plentiful in Miyako's waters, the number of Japanese spiny lobsters has plummeted as coral reefs have declined. Still, Nomura is particular about its ingredients and serves locally sourced Japanese spiny lobsters whenever possible, continuing to preserve the restaurant's specialty dish.

持续经营超60年的老字号餐厅。本餐厅始于上代经营者在泡盛酒造所场地内开设的餐厅。过去可在岛上大量捕捞的伊势龙虾，现在随着珊瑚数量下降而急剧减少。即便如此，本店仍对食材精益求精，“尽可能使用本地的伊势龙虾”，坚守传统伊势龙虾之味。



Shima Oden Takara
https://www.instagram.com/shimaoden_takara/
岛 Oden Takara
https://www.instagram.com/shimaoden_takara/

The island's classic soul food

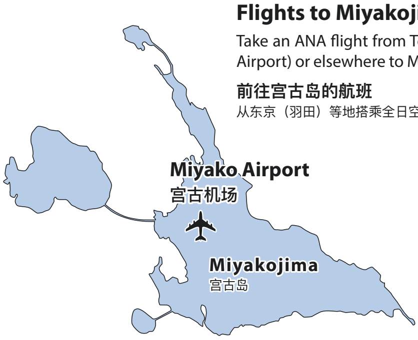
岛上的灵魂食物，传统“岛关东煮”

This restaurant, which opened in 1957, originally started as a stall selling *inari-zushi*, sushi rice packed in a pouch of deep-fried tofu. Their specialty has since changed to hot *oden* stew, which may be a surprising choice for a warm island like Miyakojima. However, Takara's owner Masaaki explained that "because oden is nonperishable, it became a staple back when refrigerators weren't available." *Shima oden*, which means "island oden," contains *tebichi* (pork trotters) in addition to locally produced ingredients and thick deep-fried tofu. The rare Miyako beef steak is also a hit.

本店成立于1957年，其前身是上一代经营的稻荷寿司摊位。在炎热的岛屿上为什么会有关东煮呢？按照店主下地正明先生的说法，“在没有冰箱的时代，这是一种重要的储存食品”。岛关东煮之中除了岛上的食材和厚炸豆腐等，还加入了猪脚肉。罕见的宫古牛排也很受欢迎。

Flights to Miyakojima
Take an ANA flight from Tokyo (Haneda Airport) or elsewhere to Miyako Airport.

前往宫古岛的航班
从东京（羽田）等地搭乘全日空航班前往宫古机场。



*Flight information is subject to change.
Please check the ANA website for the latest information.

※ 航班信息可能有所变更。请登录全日空官方网站查看最新信息。

Tapping into the ocean's bounties: the islanders' endeavors

灵活利用碧海恩惠的岛民思索

Offering meals using ingredients sourced from the island's farmers, fishers, and livestock producers

取自岛上农民、渔民和畜牧户的本地产销菜肴

This restaurant focuses on Japanese cuisine prepared in the island's unique style, offering dishes made with ingredients supplied by local farmers, fishers, and livestock producers. The *omakase* (chef's choice) course is a popular choice, with three options available featuring fresh Miyako skipjack tuna and vegetables. Sit at the counter and enjoy local tales from Koji Okuhira, Hanare's owner and chef, who grew up on the island.

本店的理念为“岛和食”，即取自岛上农民、渔民和畜牧户的本地产销菜肴。大受欢迎的“三种可选的用料讲究的厨师推荐料理”大量使用鲣鱼、岛上蔬菜等宫古岛产食材制成。坐在吧台，听岛上长大的厨师兼店主奥平幸司先生讲述岛屿故事也甚为有趣。

Goya Hanare, a Japanese-style restaurant featuring local food
https://zumi-goya.com/hanare/

岛和食 乡家～ Hanare ～ https://zumi–goya.com/hanare/

Sustaining local mozuku through product development efforts

通过商品开发，让宫古海蕴保持活力

MOZUKU MENYA ntsubata/CAFE&GIFT ntsubata
https://www.maja-land.com/cafe.html
https://www.maja-land.com/shop.html

海蕴面屋 ntsubata・咖啡馆 & 礼品店 ntsubata
https://www.maja–land.com/cafe.html
https://www.maja–land.com/shop.html

Global warming and a reduction in typhoons are drastically reducing the availability of wild mozuku. Sadakazu, a mozuku harvester and head of the Ntsubata store, has been trying out various endeavors to address declining sales. In addition to products like mozuku-based noodles, gelato, and more, they provide Okinawan seaweed for use in dietary supplements. Utilizing his passion, he's expanding the diversity and potential of mozuku.

全球变暖和台风减少使得天然海蕴急剧减少，身为一名海蕴渔民，本村贞和社长对此现状深感危机，于是多次尝试开发海蕴面、海藻冰淇淋等产品，同时还向营养补充剂产品提供原料。他的热情扩展了海蕴的多样性和可能性。

Coral-friendly wooden vessels

On Irabujima, an islet connected to Miyakojima by bridge, Takahiro runs his ecotour business, Kanizo. He conducts his tours on a 50-year-old *sabani*, a type of wooden sailboat once used throughout Okinawa's islands. "People used to sail these boats as far as the Amami Islands," said Takahiro. "Sabani enable us to venture into shallow waters, areas that are teeming with coral reefs and inaccessible to typical motorized boats. Plus they are made of wood, so they cause less damage if they bump into a reef."
Sailing peacefully on a sabani, you'll hear only the gentle murmur of the surf and breeze. Besides the occasional rumble of airplanes flying over 17 END (pronounced "one seven end"), a beach right at the end of an airstrip, the soundscape has remained largely unchanged from ancient times. Takahiro shared that he began offering tours because it pained him to see Irabujima change from the place he remembered as a child. His sole aspiration is to "bring excitement and joy to many people through a firsthand experience of the island's beauty and natural wonders."

不伤害珊瑚的木造船

蟹藏的吉滨先生使用50年前建造的Sabani（过去在冲绳群岛使用的木制帆船），在与宫古岛以桥相连的伊良部岛上开展生态旅游，並表示古人就是搭乘此船去奄美的。“装有发动机的船无法进入遍布珊瑚的浅滩海域，但咱们木船可以。因为是木制船只，即使碰到珊瑚也几乎不会造成损害。”搭乘Sabani漂流时，除了外号“17 End”的跑道不时传来飞机声响，一片寂静中就只有海浪和风声，自古以来一直如此。吉滨先生开启这款旅游项目是因为“心痛于幼年时记忆中的岛屿正在改变”，他唯一的愿望是“让更多的人感受到伊良部岛的美丽和自然带来的感动与幸福”。

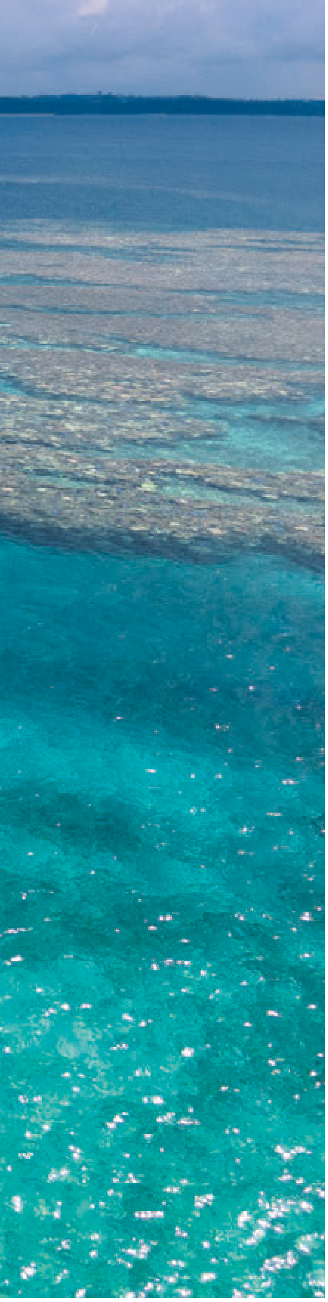
Takahiro's sabani is equipped with a small, silent motor to prevent noise from startling fish and turtles. Sometimes curious sea turtles even approach the boat.
Guests can savor fruits from Takahiro's garden at a secret beach. Also offered is a course meal featuring mangrove crab, which Takahiro says is the best in the world, as well as dishes like crab pasta.

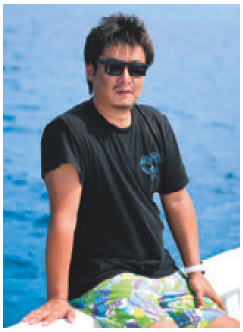
Sabani装有小型静音电动引擎，可避免噪音惊扰鱼类和海龟。实际上，海龟有时也会游到船边来。您可以在秘密海滩品尝从吉滨先生的农院里采摘的水果，另外，这里也提供用“世界上最美味的红树林蟹”制成的螃蟹套餐和螃蟹意大利面等。

Kanizo Takahiro Yoshihama https://kani-zo.com
蟹藏　吉滨崇浩先生 https://kani-zo.com

Eco-tours made possible by traditional Okinawan boats

冲绳传统木造船 Sabani 让生态旅游成为可能





Marine Service Ao Miyakojima
Yuki Murakami
https://www.instagram.com/marineserviceao.Miyakojima/

Marine Service 碧 宫古岛
村上雄基先生
https://www.instagram.com/marineserviceao.miyakojima/

The ocean benefits from efforts to preserve the environment on land

陆地领域的环境整治与海洋息息相关

Miyakojima City is implementing various endeavors to protect the island's environment. Our division focuses on measures taken on land, but they help to protect the ocean too. Addressing illegal dumping is a pressing issue. The Miyako area faces the highest amount of unlawful dumping in Okinawa, measured by the weight of the discarded waste. We are working to raise awareness to change this situation.

为了保护岛屿环境，市政府采取了多项措施。我们部门的工作重点是陆地领域的措施，这也与保护海洋相关。针对非法倾倒的措施就是一个紧迫的问题，我们正在努力提高人们的认识，以改变宫古地区倾倒量（按重量比）全县最高的现状。

Miyakojima City Hall's Environment Maintenance Division, Environment Sanitation Bureau
Shota Tomori, Living Environment Chief (left) Hideaki Nagahama, Natural Environment Chief (right)

宫古岛市政府・环境卫生局 环境保全课
生活环境负责人 友利翔太先生（左）、自然环境负责人 长滨秀明先生（右）

Snorkeling boat tours to protect mozuku seaweed cultivation and pass on traditions

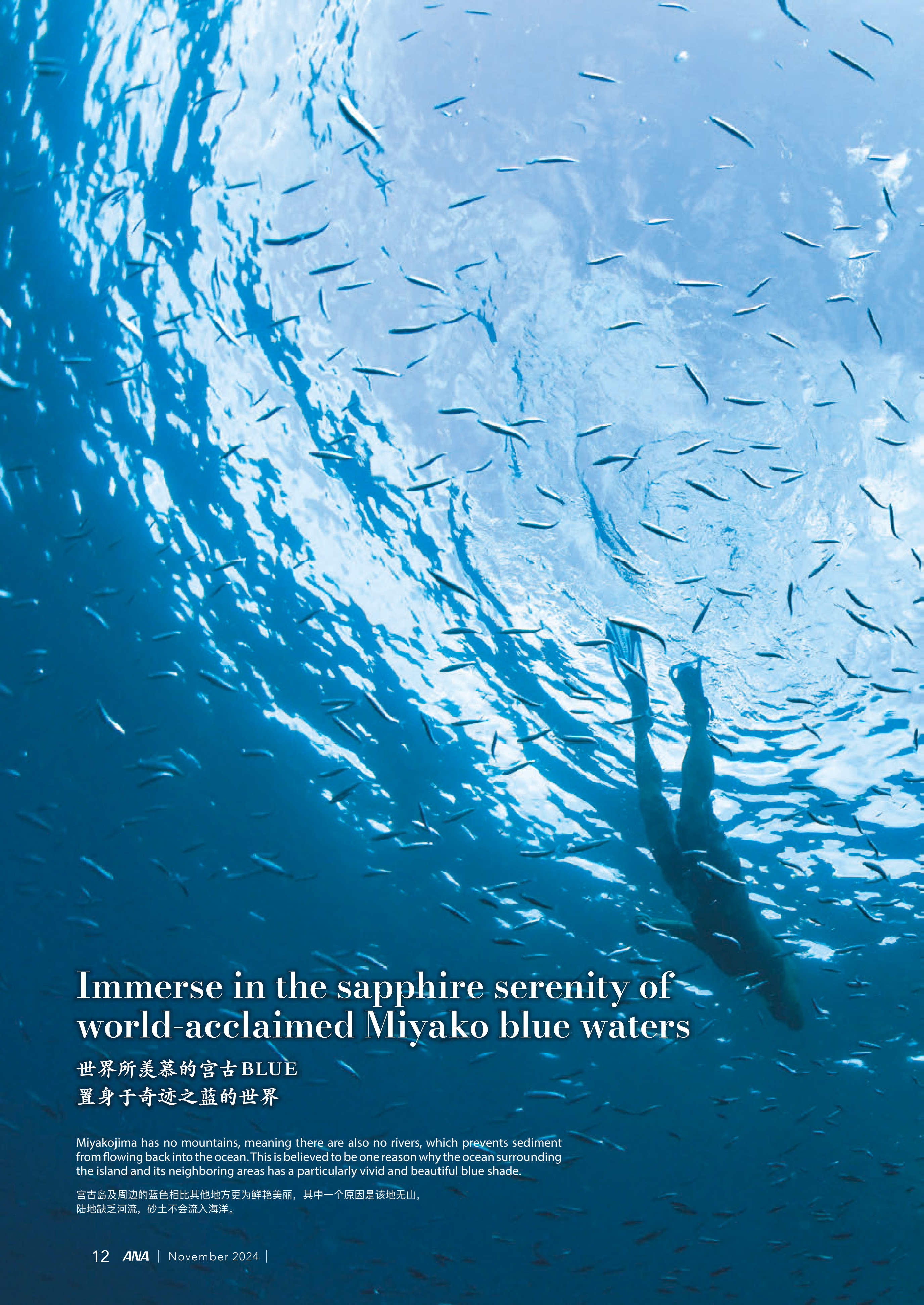
守护海蕴捕捞，连接传统 秘境船上浮潜

Harvesting and snorkeling: preserving heritage and shaping the future

Yuki, a mozuku harvester, launched a boat snorkeling tour business out of concern for the future of traditional seaweed cultivation practices. Mozuku harvesting is strictly seasonal, and harvesters often struggle to make a living, leading many to abandon the industry entirely. To address this problem, Yuki came up with an idea: renting harvesters' boats for tours during the summer, which is the off-season for mozuku harvesting and the most popular time for tourists. These tours supplement the seaweed harvesters' incomes and share Miyakojima's beautiful ocean with sightseers. As illustrated by the gorgeous photo on the opening pages (p.6–7), snorkeling at secluded spots known only to local fishers allows visitors a truly incredible experience immersing in the beauty and diversity of Miyakojima's waters. On top of that, it stimulates the local economy.

捕捞和浮潜 海洋和游客让传统与未来紧密相连

村上先生曾从事海蕴捕捞，他之所以开始经营船上浮潜事业，据说就是因为担心传统海蕴捕捞面临的生存危机。海蕴捕捞仅限固定季节，渔民的生活条件十分艰苦。面对渔民不断流失的现实，他思考起了“自己能否做出一些贡献”，开始实施一些措施，包括在夏日旅游季出租闲置的渔船，以补充渔民的收入，同时向游客介绍美丽的宫古岛海域。从开篇（P6–7）的照片可以看出，在只有当地渔民才知道的，四下无人的秘境景点进行浮潜，不仅可以感受到宫古海域的美丽、壮观和多样性，还能促进地区的经济。



Immerse in the sapphire serenity of world-acclaimed Miyako blue waters

世界所羡慕的宫古BLUE 置身于奇迹之蓝的世界

Miyakojima has no mountains, meaning there are also no rivers, which prevents sediment from flowing back into the ocean. This is believed to be one reason why the ocean surrounding the island and its neighboring areas has a particularly vivid and beautiful blue shade.

宫古岛及周边的蓝色相比其他地方更为鲜艳美丽，其中一个原因是该地无山，陆地缺乏河流，砂土不会流入海洋。

"I can't go as far as to say that our traditional skipjack tuna fishing methods are responsible for preserving the beauty of Miyakojima's waters," Ittetsu, skipper of the fishing vessel Ryushomaru, said modestly. "But it's sustainable and friendly to the environment. That's for sure."

There's more to traditional fishing methods like skipjack tuna pole-and-line and agiya than just catching fish. Targeting skipjack tuna, a species higher up in the food chain, helps maintain the balance of the marine ecosystem. These fishing practices also play important roles in protecting coral reefs, contributing to the coexistence between local communities and the ocean, and creating value as a location for tourism.

“我不清楚传统的鲣鱼捕捞是否与保护宫古岛的蓝色海洋相关，但很确定这是一种可持续的环保捕捞方法”。以上这些谦逊的话语，出自隆祥丸的船长，久高先生之口。鲣鱼一竿钓和Agiya渔业等宫古岛传统渔业不仅局限于捕捞，更以位居海洋生态系统顶端的鲣鱼为对象，旨在维持海洋生态系统的平衡。在珊瑚礁保护，与地区社会共生，以及作为旅游资源的价值等多个方面，还担任着重要的角色。

Second-generation skipper of Ryushomaru Ittetsu Kudaka

隆祥丸第２代船长
久高一哲先生

Ryoshi-meshi (meaning "fisher's meal") is a must-have dish of freshly caught skipjack tuna topped with a mix of crushed *shima togarashi* (Okinawan chili pepper) and soy sauce. Traditionally, the islanders enjoy this meal with vinegared miso, which they say superbly complements the savory taste of local skipjack tuna. Supporting traditional fishing methods not only helps preserve the island's food culture but also contributes to protecting Miyakojima's rich natural environment for future generations. As the number of skipjack tuna fishers dwindles, encouraging more people to enjoy this special fish will help preserve traditional fishing methods and protect the island's ocean.

将小米椒捣碎后混入酱油，浇在刚刚钓上来的鲣鱼上食用，这样的渔夫餐别具一格。原本宫古岛的传统吃法是蘸醋味噌来食用，据说可以最大限度地激发宫古鲣鱼的美味。支持传统渔业不仅是为了保护饮食文化，也是为了保护丰饶的大自然并将其传承给子孙后代。在鲣鱼捕捞越来越后继无人的情况下，通过让更多人品尝宫古鲣鱼，传统捕捞也许就能够传承下去，而且也有助于保护宫古的海洋。

The foundation of Miyakojima's blue ocean: traditional local practices and coexistence with nature

宫古岛之蓝的基石 是岛民孕育的传统与自然和谐共生

A combination of efforts has kept the ocean's miraculous beauty intact

The butterfly effect: the idea that a seemingly small action, even the tiny flap of a butterfly's wings, can cause a chain reaction resulting in immense change. In the same way, the expansive blue and emerald ocean surrounding Miyakojima has retained its beauty through the cumulative efforts of many individuals.

Practitioners of traditional angling methods, including the 100-year-old skipjack tuna pole-and-line method and *agiya* (drive-in-net) fishing, have avoided overfishing to sustain the island's rich marine ecosystem. Another essential practice for maintaining the clarity and azure color of these waters is the cultivation of *mozuku* seaweed. Via photosynthesis, the seaweed absorbs carbon dioxide and supplies oxygen, helping to clean the water. These activities are all pieces in the long history of coexistence between locals and nature, and are vital in the preservation of Miyakojima's ocean.

万物相系，令奇迹之海得以存续

“蝴蝶振翅会引发风暴”。这句话的意思是，不相关的事件可能会以意想不到的方式相互之间产生重大影响。号称奇迹之蓝的宫古海域，之所以能保持如今的美丽风貌，可说都要归功于大海相关民众所开展的种种活动。具有百多年历史的鲣鱼一竿钓，以及捕捉活饵的Agiya渔业等传统捕捞方式，这些都避免了过度捕捞，维持了丰富的海洋生态系统。当地海蕴的捕捞同样运用传统方式。海蕴通过光合作用吸收二氧化碳，提供氧气，为净化海水做出了贡献。在保持海洋透明度和美丽蓝色方面，这些都不可或缺。每一项都是讲述当地人与自然共生历史的珍贵文化遗产，也是对宫古海域做出贡献的活动。

Miyakojima

Radiant Blue Preserved by Tradition

宫古岛

传统连接的BLUE

Through time-honored maritime practices, the residents of Okinawa's Miyakojima and neighboring islands have kept their waters a stunning cerulean color commonly referred to as "Miyako blue." The richness and heritage of this ocean are evident in the insights shared by fishery workers, fishers, divers, nature guides, and others who work hard to protect the sea through sustainable and traditional fishing practices. In this article, Miyakojima locals share their hopes for the future.

Photographer: Junji Takasago Writer/Interviewer: Manoue Yamashita
Coordinator: Miho Kawamura Editor: Miki Kojima

号称“宫古Blue”的大海，呈现出无与伦比的蓝色。这片蓝色，一直都为宫古岛及周边岛屿孕育的海洋传统所守护。渔民、渔业从业人员、潜水员和自然向导等采用传统捕鱼方式，不给资源造成负担，以此保护海洋。通过这些岛屿和海洋相关人士的视角，我们可以感受到宫古海域的丰饶与传统。带您了解岛上人民对未来所怀抱的期望。

摄影：高砂淳二　采访·撰稿：山下Manoue
协调：河村美帆　编辑：小嶋美树

Woman With Umbrella – A masterpiece of Otsu-e that captivated the Western-style painter Ryuzaburo Umehara and Yanagi Soetsu of the Mingei Movement (Courtesy of Galerie Nichido).
《持伞女子》西洋画家梅原龙三郎和民艺运动的柳宗悦所钟爱的大津绘的珍品（协助：日动画廊）

从机窗望出去，天空显得格外清澈。随着日子一天天过去，秋意愈发浓厚。大家最近过得怎么样呢？

如同本月3日的"文化日"所表达的那样，日本长久以来都将秋季看作与艺术文化紧密相连的季节。相信在座的各位中，有很多人正为了文化体验或名画观赏，奔走在追求艺术的秋季旅行之中吧。

我个人非常喜欢能从艺术作品中获取灵感并受到诸多启发的艺术之旅。记得小学六年级时，第一次访问国立西洋美术馆时，我就被罗丹的雕塑深深震撼。学生时代，我曾独自游览奈良和京都，亲眼目睹了天平和平安时代的文化与卓越艺术。步入社会后，我也会借助出差等机会，尽量抽时间参观国内外的美术馆和博物馆，倾听那些沉默的画作和雕塑所传达的信息，反思自己，并从中汲取前行的力量。

我感受到古人和我们现代人一样，怀有对文化和艺术的渴望。

大家知道"大津绘"吗？

在江户时代，现今滋贺县一带的近江地区，许多无名的市井画师们创作了被称为大津绘的民画。起初这些画作是作为佛教绘画被创造的，后来逐渐融入描绘平民日常生活的风俗画、充满幽默感的讽刺画和戏谑画元素。在江户时代后期，大津绘作为土特产和护身符，受到往来于东海道的旅行者们的追捧。大津绘在西方社会也备受关注，西博尔德和毕加索都对其爱不释手。近年来，法国巴黎也举办了大规模的展览会。尽管我自顾自地讲解了这么多，但其实我是最近才了解到大津绘这一深受民众钟爱的民画的。而传授我这些知识的，正是日本最具历史的洋画厂商"日动画廊"的长谷川德七社长和智惠子副社长。

我一边观摩着桌子上摆放的大津绘的实物作品，一边听长谷川社长介绍："这种作品可以说是日本文化和艺术水平的证明，在外国肯定找不到。"他还说，正是因为众多无名画师为大津绘构造的宏大基础框架，才会有孕育同时代的著名浮世绘画师，乃至后来如东山魁夷和上村松园等世界一流的日本美术顶尖人才的沃土。听着长谷川社长的话，我意识到，这种宏大基础框架的根基在于数百年以来先贤们的积累。他们正如曾经寻求大津绘的旅行者那般热爱艺术。正是出于对美的尊重，哪怕在旅途中，也始终贯彻日本人的极致精神追求，才进而推动日本文化和艺术的发展。我想，这种尊重与热爱也必定在现代人的心中延续。

旅行的契机因人而异，我相信艺术也是其中之一。全日空希望今后也能继续为大家提供包括文化、艺术在内的各种旅行契机。

本月，我和全体员工诚挚期待您的搭乘。

Oni's Prayers – A popular early Otsu-e work. It is said to have been used as a talisman to prevent children from crying at night (Courtesy of Galerie Nichido).
《鬼之念佛》大津绘早期的热门作品。据说曾作为避免儿童夜哭的驱邪护符被使用（协助：日动画廊）

President & CEO, ANA
全日空航空公司代表取缔役社长
Shinichi Inoue
井上慎一

Greetings from President & CEO, Shinichi Inoue

Encountering Otsu-e

邂逅大津绘

These days, as you look out the plane window, you see crisp, clear skies—a sure sign that autumn truly has arrived. How are you enjoying this beautiful season?

Autumn in Japan has long been linked with the appreciation of art and culture, highlighted by Culture Day, a national holiday, on November 3rd. Many of our passengers are likely on journeys to explore cultural landmarks and discover artistic masterpieces this autumn.

I share that passion for seeking out artistic inspiration in one's travels. I visited the National Museum of Western Art in sixth grade for the first time, where Rodin's sculptures left me trembling with awe. Later, as a student, I traveled by myself to Nara and Kyoto, marveling at the cultural splendor of Japan's Tenpyo (729–749) and Heian (794–1185) periods. Now, even during business trips, whether in Japan or abroad, I make time to visit art galleries and museums. Listening intently to the stories these paintings and sculptures tell, I am inspired to reflect and pursue personal growth.

I can also feel our ancestors' profound and enduring desire to cultivate art and culture, a longing that continues to resonate today.

Have you ever heard of Otsu-e?

Otsu-e are folk paintings created by numerous unnamed artists in the Omi region, now known as Shiga Prefecture, during the Edo period (1603–1868). Originally painted as Buddhist art, they gradually incorporated elements of genre painting that depicted the daily lives of ordinary people, along with humorous caricatures and satire. By the late Edo period, Otsu-e gained immense popularity among travelers along the Tokaido Highway, who bought them as souvenirs and talismans. Even famous figures like Siebold and Picasso were drawn to Otsu-e, which has long been recognized in the West. In recent years, a large-scale exhibition was held in Paris, France. While I may sound knowledgeable explaining all this, I must admit that until recently, I was unfamiliar with Otsu-e. I was introduced to these folk paintings beloved by the common populace by Tokushichi and Chieko Hasegawa, president and vice president respectively of Galerie Nichido, Japan's oldest art dealer specializing in Western-style oil paintings.

As we admired the Otsu-e laid out on the table, Tokushichi remarked, "These are illustrative of Japan's high level of art and culture. You won't find anything quite like them anywhere else." He explained that the many anonymous artists who created Otsu-e laid the groundwork not only for the success of ukiyo-e during that era but also for the rise of Japan's greatest world-renowned talents like Kaii Higashiyama and Shoen Uemura decades later. This made me realize something: art has thrived in Japan because, much like the travelers who eagerly collected Otsu-e, Japanese people have cherished art for centuries. This enduring spiritual reverence for beauty, expressed even during travels, has nurtured a high caliber of art and culture and kept it alive for centuries. I believe that same spirit is alive and well in Japan today.

Everyone has their own reasons for traveling, but art is a major draw for many. At ANA, we will continue providing various exciting opportunities, including those inspired by the arts and culture.

We all look forward to welcoming you aboard this month.

TSUBASA GLOBAL WINGS

11 2024 November

CONTENTS

Cover Photo／Junji Takasago (Miyakojima)

Welcome Aboard
Greetings from President & CEO
游目骋怀　社长致辞 004

Miyakojima
Radiant blue preserved by tradition
宫古岛　传统连接的BLUE 006

Amazing “Local Premium” Finds
by ANA Employees!
员工的发现！各地精品推介 020

Exploring 47 Japanese Folk Monsters
Fukushima: Following the legendary tengu on a journey to Aizu-Wakamatsu
日本47妖怪散步
福岛：与会津若松的天狗共启旅程 022

Akita: Soaking in a natural rock bath beneath the Milky Way
秋田：在天然岩盘浴眺望银河 026

Wings Style
Maintenance personnel tackle a first for the airline industry
翼之流仪
全日空的埃隆·马斯克?挑战“航空业内首创” 028

ANA Group Information
全日空　最新消息 032

Photo: Junji Takasago (Miyakojima)

Publisher: All Nippon Airways Co., Ltd. Editorial: Kobunsha Co., Ltd.
Managing editor: Koji Tanabe Editor: Katsushi Nimura Supervisor: Manoue Yamashita
Editors: Sakurako Nakano, Misaki Yamashita, Takeshi Nakamoto, Miki Kojima, Hiroko Hattori, Marie Takada,Lisa Fujisawa
Designers: Junichiro Matsuzawa, Naomi Ishikawa (Kamegai Design Office), Masakazu Yamamoto, Jiro Nozaki, Ayahiko Kondo (Studio Give),Takashi Tsukahara (Trimdesign), Nozomi Yokoyama,Hiroshi Kitta(attik), Masayuki Suzuki (S design inc)
Editorial assistance: Kenji Kawamoto, Yuko Tokoro (Castnet Co., Ltd.)
Translation: KPS Products Corp. Printing: Kyodo Printing Co., Ltd.
Editorial inquiries:Kobunsha Co., Ltd. / TEL: 03-5395-8150

Advertising inquiries:ANA X Inc., Daily Life Business Department / E-mail: ml_notice_anamedia@ana-x.co.jp
Copyright © All Nippon Airways/Kobunsha 2024
Unauthorized reproduction or reprinting of the photos and articles in publication is prohibited.
All prices that appear in this publication are tax inclusive.

STAR ALLIANCE
TOGETHER. BETTER. CONNECTED.

For those who value **unrivalled global connectivity.**

As the world's widest and most connected airline network, Star Alliance gives you more than just access to over 1,150 destinations in 189 countries.

Our Gold status allows you to unwind in over 1,000 airport lounges worldwide, enjoy priority access while managing bookings and earning miles effortlessly.

With Star Alliance, you can unlock a world of privileges that make every journey more seamless, hassle-free, and rewarding.

Learn more at **staralliance.com**

STAR ALLIANCE
GOLD

AEGEAN | AIR CANADA | AIR CHINA | AIR INDIA | AIR NEW ZEALAND | ANA | ASIANA AIRLINES
Austrian | avianca | brussels airlines | CopaAirlines | CROATIA AIRLINES | EGYPTAIR | Ethiopian
EVA AIR | LOT POLISH AIRLINES | Lufthansa | 深圳航空 Shenzhen Airlines | SINGAPORE AIRLINES | SOUTH AFRICAN AIRWAYS | SWISS
TAP AIR PORTUGAL | THAI | TURKISH AIRLINES | UNITED

TSUBASA GLOBAL WINGS

ANA Inspiration of JAPAN | A STAR ALLIANCE MEMBER

11
The Inflight Magazine of ANA Group
November 2024
No.665

Miyakojima
Radiant blue preserved by tradition

Akita: Soaking in a natural rock bath beneath the Milky Way

Wings Style:
Maintenance personnel tackle a first for the airline industry

宫古岛
传统连接的BLUE

秋田:在天然岩盘浴眺望银河

翼之流仪
维修负责人挑战"航空业内首创"

翼の王国
日本語版は
こちら
Take me home!